

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN KARIR
SISWA KELAS XI AKUNTANSI DI SMK NEGERI 1 BANTUL**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Fatmawati
NIM 12104244002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
SEPTEMBER 2016**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN KARIR SISWA KELAS XI AKUNTANSI DI SMK NEGERI 1 BANTUL” ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.



Yogyakarta, 1 September 2016

Pembimbing

Isti Yuni Purwanti, M.Pd.
NIP 19780622 200501 2 001

SURAT PERNYATAAN

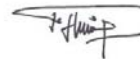
Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fatmawati
NIM : 12104244002
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 1 September 2016
Yang menyatakan,



Fatmawati
NIM 12104244002

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN KARIR SISWA KELAS XI AKUNTANSI DI SMK NEGERI 1 BANTUL” yang disusun oleh Fatmawati, NIM 12104244002 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 14 September 2016 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Isti Yuni Purwanti, M. Pd.	Ketua Penguji		23-9-2016
Sugiyatno, M. Pd.	Sekretaris Penguji		26-9-2016
Tin Suharmini, M. Si.	Penguji Utama		23-9-2016

Yogyakarta, 29 SEP 2016
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan

Dr. Haryanto, M. Pd.
NIP. 19600902 198702 1 001

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.....”

(QS. Al-Baqarah : 286)

“Pengetahuan diperoleh dengan belajar, kepercayaan dengan keraguan, keahlian dengan berlatih, dan cinta dengan mencintai”

(Thomas Szasz)

“Mereka yang menyanyagiku menginspirasiku, mereka yang membenciku memotivasiku ”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Tuhan Yang Maha Esa Allah S.W.T
2. Mamaku Musriah , Papaku Sudarto dan Kakakku
3. Almamater Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNY
4. Agama
5. Nusa dan Bangsa

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN KARIR SISWA KELAS XI AKUNTANSI DI SMK NEGERI 1 BANTUL

Oleh
Fatmawati
NIM 12104244002

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa kelas XI Akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI Akuntansi SMK Negeri 1 Bantul yang berjumlah 95 siswa. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data berupa skala dukungan sosial dan skala kecemasan karir. Uji validitas instrumen menggunakan validitas isi dengan uji *expert judgment*. Uji reliabilitas instrumen dihitung dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Hasil uji coba reliabilitas instrumen mendapatkan nilai 0,873 untuk skala dukungan sosial dan 0,895 pada skala kecemasan karir. Analisis data dan uji hipotesis menggunakan teknik regresi sederhana dengan nilai signifikansi 5%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial mempunyai pengaruh negatif dan signifikan terhadap kecemasan karir siswa. Hal ini ditunjukkan dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dan persamaan garis regresinya $Y : 118,023 + (- 0,655) X$ yang berarti jika dukungan sosial dinaikkan sebesar satu satuan maka kecemasan karir akan menurun sebesar 0,655. Kesimpulan penelitian ini adalah dukungan sosial dapat mempengaruhi kecemasan karir siswa, dan mayoritas dukungan sosial dan kecemasan karir siswa kelas XI Akuntansi SMK Negeri 1 Bantul memiliki kategori sedang.

Kata kunci: *dukungan sosial, kecemasan karir*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran ALLAH SWT yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Karir Siswa Kelas XI Akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul”. Penulis menyadari bahwa pembuatan skripsi ini bisa terselesaikan tidak lepas dari kontribusi semua pihak yang memberikan do’a, bimbingan, bantuan dan arahan, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk menimba ilmu di Program Studi Bimbingan dan Konseling UNY.
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin melakukan penelitian.
3. Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan untuk melakukan penelitian.
4. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan persetujuan untuk judul penelitian dan melakukan penelitian.
5. Dosen Pembimbing Ibu Isti Yuni Purwanti, M.Pd yang selalu sabar dan memberikan arahan dalam membimbing, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan
6. Kepala sekolah di SMK Negeri 1 Bantul dan Guru bimbingan dan konseling di SMK Negeri 1 Bantul

7. Orang tua tercinta (Musriah dan Sudarto) yang telah memberikan do'a dan dukungan yang tak terhingga.
8. Kakakku dan Adikku (Mukhlisin dan Intan Mutiara Miratannisa) terimakasih atas segala cinta, ketulusan, kasih sayang dan doa yang telah diberikan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
9. Sahabat-sahabatku Indha R. S, Rizqi Nugraheni, Srimulyanti dan Kost Morob (Mbak Linda Sofyana, Fannisa A R, Riris Rahmanitasari, Ernis Khoeriniswah R, Lina Marlina, Yashinta L, Tata, Ndaru, Nace, dan Pimi) Terimakasih atas kenangan dan kebersamaannya.
10. Teman-teman mahasiswa BEKACE 2012 atas motivasi, kebersamaan, dan kekompakan selama masa kuliah semoga persaudaraan kita tetap terjaga.
11. Semua pihak yang terkait telah membantu dalam penyusunan proposal ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini terdapat banyak kekurangan. Kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan oleh penulis guna memperbaiki dalam penelitian selanjutnya. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi dunia pendidikan dan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

Yogyakarta, 1 September 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	hal
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori	9
1. Dukungan Sosial	9
a. Pengertian Dukungan Sosial	9
b. Bentuk Dukungan Sosial	11
c. Sumber Dukungan Sosial	13
d. Manfaat Dukungan Sosial	15
e. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	16

2. Kecemasan Karir	18
a. Pengertian Kecemasan Karir	18
b. Aspek-aspek Kecemasan	22
c. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Karir.....	25
3. Remaja	28
a. Pengertian Remaja	28
b. Ciri – ciri Remaja	30
c. Tugas Perkembangan Remaja	32
B. Kerangka Berpikir	33
C. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan Penelitian	39
B. Populasi Penelitian	39
C. Tempat dan Waktu Penelitian	40
D. Variabel Penelitian	40
E. Definisi Operasional.....	41
F. Teknik Pengumpulan Data	42
G. Instrumen Penelitian.....	42
H. Uji Coba Instrumen	49
I. Validitas dan Reliabilitas	50
J. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	58
1. Deskripsi SMK Negeri 1 Bantul.....	58
2. Deskripsi Data Dukungan Sosial.....	61
3. Deskripsi Data Kecemasan Karir	62
B. Pengujian Hipotesis	63
1. Uji Prasyarat Analisis	63
a. Uji Normalitas	64
b. Uji Linieritas.....	65
2. Uji Hipotesis	66

3. Sumbangan Efektif.....	68
C. Pembahasan.....	69
D. Keterbatasan Penelitian.....	75
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	76
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	81

DAFTAR TABEL

	hal
Tabel 1. Skor Skala Dukungan Sosial dan Kecemasan Karir	43
Tabel 2. Kisi-kisi Dukungan Sosial	45
Tabel 3. Penilaian Skala Dukungan Sosial	46
Tabel 4. Kisi-kisi Skala Kecemasan Karir.....	48
Tabel 5. Penilaian Skala Kecemasan Karir.....	49
Tabel 6. Interpretasi Koefisien Korelasi.....	52
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	53
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan Karir.....	53
Tabel 9. Kategori Batas	54
Tabel 10. Analisis Statistik Data Hasil Penelitian	60
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kategori Dukungan Sosial.....	61
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kategori Kecemasan Karir	62
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 14. Hasil Uji Linieritas.....	66
Tabel 15. Analisis Regresi	67
Tabel 16. Koefisien Determinasi	69

DAFTAR GAMBAR

	hal
Gambar 1. Bagan Kerangka Berfikir	37
Gambar 2. Sebaran Data Variabel Dukungan Sosial	`62
Gambar 3. Sebaran Data Variabel Kecemasan Karir.....	63
Gambar 4. Grafik P-P Plot Normalitas	`65

DAFTAR LAMPIRAN

	hal
Lampiran 1. Kisi-kisi Skala Dukungan Sosial	82
Lampiran 2. Kisi-kisi Skala Kecemasan Karir.....	83
Lampiran 3. Skala Uji Coba Instrumen	84
Lampiran 4. Reliabilitas Uji Coba Instrumen & Item yang Gugur.....	89
Lampiran 5. Instrumen Penelitian	91
Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian.....	95
Lampiran 7. Kategorisasi Data Penelitian.....	99
Lampiran 8. Deskriptif Statistik.....	102
Lampiran 9. Uji Normalitas	104
Lampiran 10. Uji Linieritas.....	105
Lampiran 11. Uji Regresi.....	106
Lampiran 12. Surat Izin Penelitian	107

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya, kecemasan merupakan hal wajar yang pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan adalah suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya (Sutardjo Wiramihardja, 2005: 66). Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (Savitri Ramaiah, 2003:10).

Maka dari itu sangat penting bagi seseorang individu untuk bisa menanggapi secara positif suatu kecemasan agar tidak terjadi perilaku negatif dalam menghadapi suatu tekanan.

Menurut Alan Khalid (2005 : 1) ada dua hal yang menjadi kelebihan dari Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) ini. Pertama lulusan dari institusi ini dapat mengisi peluang kerja pada dunia usaha atau industri, karena terkait dengan satu sertifikasi yang dimiliki oleh lulusannya melalui Uji kemampuan Kompetensi. Dengan sertifikat tersebut mereka mempunyai peluang untuk bekerja. Kedua, lulusan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dapat melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, sepanjang lulusan

tersebut memenuhi persyaratan, baik nilai maupun program studi atau jurusan sesuai dengan kriteria yang dipersyaratkan.

Menurut Nevid, Spencer, dan Beverly (2003: 164) ada beberapa faktor penyebab kecemasan seperti faktor genetis, kurangnya dukungan sosial, peristiwa traumatis, atau konflik psikologis yang tidak terselesaikan. Kesulitan-kesulitan yang dirasakan ketika di dunia kerja salah satunya adalah persaingan untuk memperoleh pekerjaan.

Berdasarkan data statistik pada Biro Pusat Statistik (BPS) tingkat pengangguran terbuka (TPT) di Indonesia pada Agustus 2013 berjumlah 7,4 juta jiwa. Pada tahun 2013, TPT untuk pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan menempati posisi tertinggi sebesar 11,19 persen, disusul oleh TPT Sekolah Menengah Atas sebesar 9,74 persen. Penduduk yang berpendidikan Diploma 6,01 persen dan Universitas 5,50. Berdasarkan data tersebut, hampir sebagian besar pengangguran didominasi oleh sekolah menengah kejuruan dan sederajat, atau dapat dikatakan dipegang oleh pengangguran muda dan terpelajar.

Paparan informasi di atas terlihat bahwa angka pengangguran cenderung meningkat sementara laju penduduk juga kian pesat. Sehingga jumlah penduduk usia produktif semakin bertambah. Menurut berita resmi statistik D.I. Yogyakarta No. 31/05/34/Th.XVII, 5 Mei 2015 angka TPT D.I. Yogyakarta meningkat dari 2,16 persen menjadi 3,33 persen dan TPT nasional juga mengalami peningkatan dari 5,7 persen menjadi 5,9 persen. Keadaan tersebut dapat menjadi sumber kecemasan. Memantapkan karir pada

siswa bukanlah hal mudah untuk dilakukan. Rendahnya kepedulian orang tua dan guru merupakan salah satu penyebab . hal ini dapat dilakukan dalam bentuk dukungan, guna untuk memantapkan karir pada kalangan remaja, maka orang tua dan guru perlu bekerja sama dengan memberikan dukungan terbaik untuk mereka. Demi menghasilkan kolaborasi dalam rangka mencapai tujuan yang baik maka orang tua dan guru perlu bekerja sama untuk memantapkan karir siswa.

Berdasarkan observasi yang dilakukan dengan menggunakan media lacak masalah (MLM) yang terdiri atas 102 butir pernyataan tentang berbagai aspek, yang diisi oleh siswa jurusan akuntansi kelas X, XI, XII di SMK N 1 Bantul hasilnya kebanyakan sama-sama mengisi point pernyataan tentang aspek karir yaitu “Saya belum menemukan potensi diri”, “Saya orang yang sulit mengambil keputusan”, “saya merasa belum mandiri”, dan “Saya belum memiliki kemantapan karir”. Beberapa siswa yang berkonsultasi dengan peneliti, siswa SMK juga mengalami beberapa masalah mengenai dukungan keluarga terhadap masa depan karir maupun akademik dan juga penuturan kordinator Bimbingan dan Konseling memperkuat pernyataan tersebut, bahwasannya masalah yang paling sering ditemui di SMK Negeri 1 Bantul yaitu tentang dukungan dari orang tua dan masalah perekonomian.

Sejalan dengan data hasil wawancara yang dilakukan kepada kordinator Bimbingan dan Konseling di SMK Negeri 1 Bantul dalam rangka observasi kegiatan PPL dan berdasar pada data (MLM) Media Lacak Masalah

yang pernah dilakukan, diketahui bahwa permasalahan mengenai kecemasan karir juga dialami oleh siswa-siswi di SMK Negeri 1 Bantul. Mereka memiliki konflik kecemasan karir karena mereka belum mengetahui potensi yang dimiliki serta kurangnya dukungan dari orang tua dari segi motivasi dan ekonomi. Siswa seringkali menemui berbagai permasalahan dalam pemilihan karir mereka. Permasalahan-permasalahan yang dihadapi akan menghambat siswa dalam mencapai pemilihan karir yang optimal. Kecemasan tersebutlah yang membuat seseorang menjadi tertekan dan akibatnya seseorang takut untuk menatap masa depan secara optimis, dan akan lebih fatalnya lagi seseorang tersebut betul-betul hilang semangat belajar, putus sekolah atau kuliah yang jelas-jelas jembatan menuju masa depan yang lebih cerah demi mencari pekerjaan dikarenakan kurangnya pemahaman individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri. Hal ini sangat perlu mendapat perhatian khusus terutama oleh Konselor karena gangguan kecemasan terhadap karir bisa sangat merugikan individu terutama masa depannya apabila tidak dapat dikurangi atau dituntaskan.

Hasil konseling individu saat peneliti melakukan PPL di sekolah SMK Negeri 1 Bantul diantaranya yaitu dukungan dari pihak keluarga terhadap siswa sangatlah kurang, selama ini siswa merasa terpaksa menjalani kesehariannya untuk mengikuti kegiatan-kegiatan di sekolah karena bukan keinginan ataupun kemauan siswa. Adanya keterpaksaan tersebut membuat diri siswa menjadi terbebani karena tuntutan yang harus dilakukan. Sejalan dengan hasil konseling tersebut menurut Hurlock (Syamsu Yusuf, 2005 : 83)

mengemukakan bahwa siswa SMK yang berada pada usia 16-18 tahun, sudah memiliki ukuran dan kekuatan fisik yang matang sehingga memudahkan untuk mempelajari keterampilan atau keahlian yang dituntut oleh suatu pekerjaan. anak sekolah menengah atas mulai memikirkan masa depan mereka secara sungguh-sungguh. Anak laki-laki biasanya lebih sungguh-sungguh dalam hal pekerjaan dibandingkan anak perempuan yang memandang pekerjaan sebagai pengisi waktu sebelum menikah. Sekolah menengah kejuruan (SMK) merupakan salah satu lembaga pendidikan yang bertanggung jawab untuk menciptakan sumber daya manusia yang memiliki kemampuan, keterampilan, dan keahlian dalam bidang tertentu. Dengan bekal keahlian itu lulusannya dapat diharapkan dapat merebut pasar kerja yang sesuai dengan bidang keahlian dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana mereka bekerja.

Hal ini berkaitan dengan hasil penelitian mengungkapkan bahwa persepsi dukungan sosial berpengaruh positif pada masalah karir. (Marliyah, Lina dkk, 2004: 76) yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan bagi remaja yang sedang mencari identitas, adanya penghargaan orang tua terhadap kemampuan diri yang mereka miliki boleh jadi akan meningkatkan rasa percaya diri mereka, sehingga mereka akan merasa lebih yakin dalam menyelesaikan masalah ataupun memutuskan masalah karir dengan baik.

Mengacu pada pendapat Super dan Jordaan (Syamsu Yusuf, 2005: 84) maka siswa SMK yang berada pada tahap eksplorasi seharusnya sudah mulai memikirkan dan dapat membuat perencanaan pendidikannya sesuai dengan

bidang pekerjaan yang diminati, dapat menetapkan tujuan, dan melakukan pendalaman di bidang yang dipilih, seperti mencari informasi, dan mengikuti pelatihan. Namun, pada kenyataannya banyak siswa SMK yang masih mengalami kesulitan menentukan bidang pendidikan maupun karir mereka.

Siswa SMK kadang-kadang dihadapkan pada permasalahan yang dapat menghambat pemilihan keputusan karirnya secara tepat dan sesuai dengan yang diharapkan. Para siswa SMK juga belum sepenuhnya mencapai tugas perkembangan karir. Mereka masih ragu dan tidak dapat menentukan dan memutuskan pilihan untuk memasuki dunia kerja. Karena kenyataan hidup dalam masyarakat yang tidak memberikan kepastian kepadanya. Dukungan sosial memiliki peranan penting untuk mencegah seseorang dari ancaman kesehatan mental. Individu yang memiliki dukungan sosial yang lebih kecil, lebih memungkinkan mengalami kecemasan terhadap karir masa depannya. Sedangkan individu yang memperoleh dukungan sosial yang lebih tinggi akan merasa lebih optimis dalam pencapaian karir di masa depannya.

Bertitik tolak dari pemaparan di atas, penulis berasumsi bahwa seseorang yang mendapat dukungan sosial yang positif lebih mampu mengatasi kecemasannya terhadap karirnya di masa mendatang, oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti, apakah ada pengaruh antara dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa di SMK Negeri 1 Bantul.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah diatas, maka teridentifikasi beberapa masalah antara lain:

1. Sebagian besar siswa-siswi SMK kelas XI Akuntansi belum menemukan potensi diri
2. Siswa-Siswi SMK kelas XI Akuntansi belum memahami minat, kemampuan, dan gambaran tentang dirinya sendiri
3. Belum diketahui pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa di SMK N 1 Bantul

C. Batasan Masalah

Agar pembatasan dalam peneliti ini tidak meluas maka perlu suatu pembatasan masalah. Adapun pokok permasalahan yang menjadi batasan yaitu belum diketahui pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa di SMK N 1 Bantul

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah ada pengaruh yang dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa di SMK N 1 Bantul?

E. Tujuan Penelitian

Pada penelitian ini memiliki tujuan yang ingin dicapai, tujuan tersebut yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir pada siswa kelas XI Akuntansi SMK Negeri 1 Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmu, khususnya di bidang bimbingan dan konseling yang terkait dengan dukungan sosial terhadap kecemasan karir, terutama dukungan sosial, perkembangan remaja, dan karir.

2. Manfaat Praktis

Semoga dengan adanya penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk para guru, pihak sekolah, orang tua dan siswa itu sendiri dalam memperhatikan dukungan sosial seorang remaja guna untuk menumbuhkan adanya kemantapan karir yang baik.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Tentang Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Ada beberapa definisi dukungan sosial yang telah dikemukakan para ahli. Menurut Sarason (Baron & Byrne, 2005: 244). Dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain. Dukungan sosial yang dirasakan individu dapat diterima dari berbagai pihak, yang diberikan baik secara disadari maupun tidak disadari oleh pemberi dukungan. Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain.

Menurut Sarafino (Tarmidi & Ade Riza, 2010: 217) dukungan sosial adalah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain. Hubungan yang akrab sangat berpengaruh dalam penerimaan dukungan sosial. Individu yang memiliki hubungan yang akrab akan sangat memahami dan mengenali dukungan yang diberikan oleh sekitarnya. Akan tetapi pada individu yang tidak memiliki hubungan yang akrab akan sulit mengetahui dan merasakan dukungan dari lingkungan sosialnya, sehingga mereka akan merasa kesepian. Sehingga dapat diartikan bahwa dukungan sosial yang diterima seseorang tergantung dari tingkat keakraban hubungan seseorang.

Gottlieb (Smet, 1994: 135) menjelaskan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan/atau non-verbal, bantuan

nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Gottlieb lebih menekankan bahwa dukungan sosial mengacu pada bantuan informasi secara verbal maupun non verbal yang dapat memberikan manfaat serta memberikan dampak perilaku bagi yang menerima dukungan tersebut.

Rook (Smet, 1994: 134) beranggapan bahwa dukungan sosial sebagai satu diantara fungsi pertalian atau ikatan sosial. Ikatan-ikatan sosial menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal. Berdasarkan uraian tersebut dukungan sosial sangat dipengaruhi oleh kemampuan interpersonal individu tersebut dalam beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Dukungan sosial pada umumnya menggambarkan mengenai peranan atau pengaruh yang dapat ditimbulkan oleh orang lain yang berarti seperti anggota keluarga, saudara dan teman.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial pada umumnya menggambarkan mengenai peranan atau pengaruh yang dapat ditimbulkan oleh orang lain yang berarti seperti anggota keluarga, saudara dan teman. Dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain yang memiliki hubungan seperti keluarga, saudara, teman atau orang yang berpengaruh dalam hidupnya dukungan ini dapat berupa materi, emosi, informasi. Dimana dengan pemberian dukungan

sosial individu akan merasa dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari lingkungan sosialnya.

2. Bentuk Dukungan Sosial

Menurut Taylor (2012: 180) ada empat bentuk dukungan sosial, yaitu (1) *tangible assistance* (bantuan nyata) mencakup menyediakan bantuan materiil, seperti pelayanan, bantuan keuangan, atau barang, (2) *informational support* (dukungan informatif) yaitu memberikan informasi yang dibutuhkan, (3) *emotional support* (dukungan emosional) dengan menentramkan hati individu bahwa dia adalah individu berharga dan dipedulikan, (4) *invisible support* (dukungan terselubung) yaitu ketika individu menerima bantuan orang lain yang tidak menyadari telah membantu, tetapi bantuan tersebut tetap bermanfaat bagi penerima

House (Smet, 1994: 136-137) membagi dukungan sosial menjadi empat jenis, yaitu :

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional meliputi ungkapan empati. Kepedulian, dan perhatian yang diberikan orang lain terhadap individu.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan meliputi ungkapan positif, dorongan maju yang diberikan orang lain terhadap individu, serta perbandingan positif individu dengan orang lain.

c. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental meliputi dukungan atau bantuan langsung yang diberikan orang lain kepada individu

d. Dukungan Informatif

Dukungan informatif meliputi dukungan yang berupa pemberian nasehat, petunjuk, saran, maupun umpan balik.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial menurut House dibagi menjadi empat yaitu a) dukungan emosional, b) dukungan penghargaan, c) dukungan instrumental, d) dukungan informatif.

Ada lima bentuk dasar dukungan sosial menurut Sarafino (1997: 98), yaitu:

- a. Dukungan emosional: mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap individu. Memberikan individu rasa nyaman, tenang, merasa memiliki, dan dicintai saat mengalami tekanan.
- b. Dukungan penghargaan: berupa penghargaan positif terhadap individu, dorongan atau persetujuan terhadap ide atau perasaan individu, dan membandingkan secara positif individu dengan orang lain.
- c. Dukungan instrumental: berupa bantuan langsung seperti uang, waktu, dan tenaga melalui tindakan yang dapat membantu individu.
- d. Dukungan informatif: mencakup pemberian nasehat, petunjuk, saran, atau umpan balik tentang yang dilakukan individu.
- e. Dukungan jaringan: memberikan perasaan menjadi bagian dari anggota kelompok.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial menurut Sarafino dibagi menjadi empat yaitu a) dukungan emosional, b) dukungan penghargaan, c) dukungan instrumental, d) dukungan informatif, dan e) dukungan jaringan

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa jenis dukungan sosial antara lain adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informative, bantuan nyata, dan dukungan terselubung.

3. Sumber Dukungan Sosial

Cohen & Syme (1985: 95) berpendapat bahwa dukungan sosial yang diterima individu dapat berbeda-beda antara lain berdasarkan (1) kuantitas dan kualitas dukungan, (2) sumber dukungan, dan (3) jenis dukungan. beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial, yaitu:

a. Pemberi dukungan sosial

Dukungan yang diberikan oleh teman dan orang yang memahami permasalahan individu penerima akan lebih efektif daripada dukungan yang diberikan orang asing.

b. Jenis dukungan sosial

yang diberikan akan bermanfaat apabila sesuai dengan situasi yang terjadi dan yang dibutuhkan individu.

c. Penerima dukungan sosial

Karakteristik penerima dukungan sosial seperti kepribadian, peran sosial dan kebudayaan, akan menentukan keefektifan dukungan yang diberikan.

Dukungan sosial dapat diterima individu dari orang-orang yang dikasihi, orang terdekat, maupun orang yang dihargai dan dihormati. Sarafino (1997: 98) mengatakan bahwa dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, yaitu suami/istri (pasangan), keluarga, teman, rekan kerja, dokter, atau komunitas.

Menurut House (Cohen & Syme 1985: 101), dukungan sosial dapat bersumber dari pasangan, keluarga, teman, tetangga, rekan kerja, perawat/pengasuh, grup, serta tenaga ahli kesehatan dan kesejahteraan. Pemberian dukungan sosial menjadi hal yang sangat penting. Dukungan sosial sendiri dapat bersumber dari mana saja, dapat diperoleh dari keluarga, kerabat, tetangga, teman dekat, teman sekolah dan lingkungan terdekat individu tersebut.

Dari beberapa sumber menurut Rodin & Salovey (Smet, 1994: 133) pernikahan dan keluarga merupakan sumber utama dalam dukungan sosial, dukungan sosial yang utama didapatkan individu dari sebuah perkawinan dan keluarga. Sehingga keluarga menjadi bagian terpenting dalam pemberian bantuan dan pemberian dukungan.

Goetlieb (Sri Maslihah, 2011: 107) menjelaskan, dukungan sosial berasal dari hubungan profesional dapat bersumber dari orang yang ahli di bidangnya, seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter, atau pengacara.

Sedangkan dukungan non professional bersumber dari orang-orang terdekat individu, seperti teman dan keluarga.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial berasal dari sumber yang berbeda. Dukungan dapat berasal dari hubungan non professional dan hubungan professional yang dimiliki individu. Hubungan professional berasal dari hubungan individu dengan konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara. Sementara dukungan sosial yang bersumber dari hubungan non professional dapat berasal dari hubungan individu dengan pasangan, keluarga, teman, dan lingkungan sosial individu.

4. Manfaat Dukungan Sosial

Garmenzy dan Rutter (1983: 43) mengungkapkan bahwa pemberian dukungan sosial yang positif pada individu dapat mengurangi tingkat kecemasan.

Sedangkan menurut Smet (1994: 137) dukungan sosial memiliki pengaruh pada kesehatan individu. Dukungan sosial dapat mempengaruhi kesehatan dengan melindungi individu dari efek negative stress yang berat. Senada dengan Smet, menurut Sarafino (Smet, 1994: 136) dukungan sosial yang diterima akan membuat individu merasa tenang, diperhatikan dan dihargai. Sarafino menjelaskan bahwa dukungan sosial yang diterima individu akan membuat individu tersebut merasa nyaman dalam lingkungannya.

Menurut Gottlieb (Smet, 1994: 137-138) dukungan sosial berpengaruh pada kesejahteraan bagi individu.

Berdasarkan pemaparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat memberikan banyak manfaat bagi penerimanya terutama manfaat psikologis. Dimana seseorang yang menerima dukungan sosial akan merasa lebih percaya diri, dapat mengurangi kecemasan, akan merasa dicintai, dihargai dan diperhatikan. Selain itu dukungan sosial juga akan membuat seseorang merasa tenang dan dibutuhkan orang lain.

5. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Cohen & Downey, kekurangan dukungan sosial yang dirasakan seseorang lebih banyak dipengaruhi oleh kualitas hubungan yang kurang baik daripada jika tidak ada hubungan sama sekali (Smet, 1994: 133). Cohen & Syme (1985: 95) berpendapat bahwa dukungan sosial yang diterima individu dapat berbeda-beda antara lain berdasarkan (1) kuantitas dan kualitas dukungan, (2) sumber dukungan, dan (3) jenis dukungan. Cohen & Syme (1985: 10) menyatakan beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial, yaitu:

a. Pemberi dukungan sosial

Dukungan yang diberikan oleh teman dan orang yang memahami permasalahan individu penerima akan lebih efektif daripada dukungan yang diberikan orang asing.

b. Jenis dukungan sosial

yang diberikan akan bermanfaat apabila sesuai dengan situasi yang terjadi dan yang dibutuhkan individu.

c. Penerima dukungan sosial

Karakteristik penerima dukungan sosial seperti kepribadian, peran sosial dan kebudayaan, akan menentukan keefektifan dukungan yang diberikan.

d. Permasalahan yang dihadapi

Ketepatan jenis dukungan sosial yang diberikan adalah yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi individu

e. Waktu pemberian dukungan sosial

Dukungan sosial akan berhasil secara optimal jika diberikan pada suatu situasi, yaitu ketika individu membutuhkan, tetapi tidak berguna jika diberikan pada situasi yang lain.

Myers dalam Hobfoll (Sri Masihah, 2011: 107) menjelaskan tiga faktor yang mempengaruhi individu dalam memberikan dukungan positif, antara lain:

a. Empati

Empati adalah perasaan ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain. Empati bertujuan untuk mengantisipasi emosi dan memberi motivasi tingkah laku untuk mengurangi kesulitan yang dihadapi orang lain

b. Norma dan nilai sosial

Norma dan nilai sosial yang ada dalam lingkungan, berguna untuk membimbing individu dalam menjalankan kewajibannya.

c. Pertukaran sosial

Pertukaran sosial adalah hubungan timbal balik diantara perilakusosial seperti cinta, pelayanan, dan informasi. Keseimbangan dalam pertukaran sosial menghasilkan komunikasi interpersonal yang baik.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi individu dalam memberikan dukungan sosial yang positif kepada orang lain. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah empati, norma dan nilai sosial, pertukaran sosial, pemberi dukungan sosial, jenis dukungan sosial, penerima dukungan sosial, permasalahan yang dihadapi individu, dan waktu pemberian dukungan sosial.

B. Kajian Tentang Kecemasan Karir

1. Pengertian Kecemasan Karir

a. Pengertian Kecemasan

Manusia yang hidup didunia tentu pernah mengalami kecemasan. Kecemasan biasanya timbul karena ancaman ataupun bahaya yang tidak nyata dan sewaktu-waktu mungkin terjadi pada diri individu. Secara umum, tidak ada definisi yang pasti mengenai kecemasan. Berikut ini

akan dikemukakan pengertian kecemasan dari beberapa ahli menurut sudut pandangnya masing-masing.

Kecemasan atau dalam bahasa inggrisnya “anxiety” berasal dari bahasa latin “angustus” yang berarti kaku, dan “ango, anci” yang berarti mencekik. Kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi Jeffrey, Rathus, & Greene (2005: 163). Dalam hal ini, banyak situasi atau kondisi yang dapat dicemaskan misalnya, kesehatan, relasi sosial, ujian, karir, relasi internasional, dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang menjadi kekhawatiran. Menurut Barlow & Durand (2006: 158) kecemasan adalah keadaan suasana atau perasaan yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan.

Pada dasarnya kecemasan merupakan hal wajar yang pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan adalah respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan dapat menjadi abnormal apabila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman atau datang tanpa ada penyebabnya yang bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan Jeffrey, Rathus, & Greene, (2005: 163). Dalam bentuknya yang ekstrem, kecemasan dapat mengganggu fungsi individu dalam kehidupan sehari-hari.

Yustinus Semiun (2006: 321) mengemukakan kecemasan adalah keadaan tegang yang berhubungan dengan ketakutan, kekhawatiran, perasaan-perasaan bersalah, perasaan tidak aman, dan kebutuhan akan kepastian. Menyatakan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan pada diri individu dalam menghadapi situasi yang dirasakan mengancam tanpa adanya objek yang jelas dan keadaan ini mengarahkan individu untuk mencoba mengatasi keadaan yang tidak menyenangkan tersebut.

Menyimak berbagai pendapat yang mengungkapkan pengertian kecemasan yang dikemukakan oleh beberapa ahli tersebut, peneliti mencoba menarik kesimpulan bahwa kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai perasaan emosi yang tidak menyenangkan dan bersifat mengancam diri individu, sehingga individu itu merasakan suatu ketakutan yang tidak diketahui pasti penyebabnya dan menimbulkan kekhawatiran, was-was, serta tidak mengetahui tentang apa yang akan terjadi di masa yang akan datang.

b. Pengertian Karir

Karir menurut KBBI berarti perkembangan dan kemajuan dalam kehidupan atau pekerjaan yang memberikan harapan untuk maju. Jumlah total pengalaman kerja seseorang di dalam kategori pekerjaan umum seperti mengajar, akuntansi, pengobatan atau penjualan. Robert L, Gibson dan Marianne H, Mitchell (2010: 445). Sedangkan menurut

Super (Dewa Ketut Sukardi, 1989: 17) karir adalah sebagai suatu rangkaian pekerjaan-pekerjaan, jabatan-jabatan, dan kedudukan yang mengarah pada kehidupan dalam dunia kerja.

Berdasarkan pendapat yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa karir adalah perkembangan dan kemajuan pekerjaan seseorang dalam kategori atau rangkaian dunia kerja. Banyak sekali penafsiran tentang karir, banyak perbedaan pendapat tentang perbedaan karir. Maka dapat dilihat pendapat beberapa ahli tentang karir sebagai berikut:

Pengertian menurut Irianto (2001: 94) pengertian karir merupakan dua kumpulan komplemen yaitu subyektif dan obyektif. Subyektif mengacu pada kemampuan seseorang dalam mengelola karir, mengubah lingkungan hidup. Sedangkan obyektif mengacu pada sebuah jabatan pekerjaan, posisi ditentukan berdasarkan subyektif.

Menurut Simamora (2001: 504) karir dapat dipandang beberapa perspektif yang berbeda yaitu: obyektif dan subyektif. Perspektif subyektif merupakan kedudukan atau jabatan seseorang dalam pekerjaan. Sedangkan perspektif obyektif menyangkut tentang perubahan motivasi, sikap, dan nilai-nilai kepribadian. Ini terjadi karena faktor usia yang selalu berubah ke arah tua.

Dari rangkaian beberapa pendapat para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa karir meliputi dua elemen subyektif dan obyektif. Elemen subyektif mengacu pada diri seseorang yang mampu merubah jabatan, atau posisi dalam pekerjaan. Obyektif kedudukan seseorang

dalam bekerja, kedudukan dalam bekerja ditentukan oleh sebuah organisasi, organisasi memberikan jabatan sesuai dengan kemampuan. Jabatan yang tinggi dalam suatu pekerjaan ditentukan oleh organisasi atau instansi tempat bekerja, semua diberikan organisasi berdasarkan kemampuan dalam bekerja. Hal ini diperjelas dalam subyektif.

Subyektif berdasarkan kemampuan dan ketrampilan seseorang dalam bekerja. Ketrampilan yang baik mampu merubah posisi dalam pekerjaan, dan juga didukung oleh kemampuan. Kemampuan yang dimiliki akan mampu merubah posisi dalam bekerja, dimana kemampuan dan ketrampilan sangat mendukung satu dengan yang lain. Kemampuan dalam bekerja dapat merubah lingkungan menjadi lebih baik.

c. Pengertian Kecemasan Karir

Beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan karir dapat diartikan sebagai perasaan khawatir yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan perasaan takut, gelisah sesuatu yang buruk akan terjadi menimpa dirinya dimasa mendatang dalam perkembangan dan kemajuan seseorang dalam rangkaian dunia kerja.

2. Aspek – aspek Kecemasan

Pada dasarnya aspek-aspek kecemasan karir dapat mengacu pada kecemasan secara umum, seperti yang dikemukakan oleh Calhoun dan

Acocella (Safaria, 2009: 147) yang membagi aspek kecemasan dalam tiga aspek, yaitu sebagai berikut:

a. Aspek Emosional

Aspek emosional merupakan komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan yang berlebihan terhadap masa depan yang buruk menimpa dirinya.

b. Aspek Kognitif

Aspek kognitif merupakan ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berpikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya. Sehingga pikirannya hanya terfokus kepada ketakutan dimasa mendatang

c. Aspek fisiologis

Aspek fisiologis merupakan reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Seperti: jantung berdetak lebih kencang ketika mendengar seseorang mengalami kegagalan dalam mencapai karir yang diharapkan, sering sakit-sakitan ketika melihat seseorang gila karena tidak mendapatkan pekerjaan dan sebagainya.

Sedangkan Harber dan Runyon (1984: 128) mengemukakan empat aspek kecemasan, yaitu:

a. Aspek Kognitif

Merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam pikiran seseorang sehingga ia mengalami rasa risau dan khawatir. Saat individu mengalami kondisi ini ia tidak dapat berkonsentrasi dalam mengambil keputusan, dan mengalami kesulitan untuk tidur. Sehingga memunculkan kecemasan dan kekhawatiran yang berlebihan dalam berfikir bahwa hal yang buruk mengenai karirnya dimasa mendatang.

b. Aspek Motorik

Merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk tingkah laku seperti meremas jari, menggeliat, menggigit bibir, menjentikkan kuku, gugup, dan tics.

c. Aspek Somatis

Merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam reaksi fisik biologis seperti mulut terasa kering, kesulitan nafas, berdebar, tangan dan kaki dingin, pusing seperti hendak pingsan, banyak keringat, tekanan darah naik dan sulit mencerna makanan.

d. Aspek Afektif

Merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk emosi, perasaan tegang karena luapan emosi yang berlebihan seperti dihadapkan pada terror dan pandangan terhadap karir masa depan yang curam. Luapan emosi ini biasanya berupa kegelisahan

atau kekhawatiran bahwa ia dekat dengan bahaya padahal sebenarnya tidak terjadi apa-apa.

Menurut Sue, dkk (2006: 153) bahwa aspek-aspek kecemasan terwujud dalam tiga hal, yaitu:

- a. Aspek Kognitif, yang terwujud dalam pikiran seseorang, seringkali memikirkan tentang malapetaka atau kejadian buruk yang akan terjadi. Seperti: pencapaian karir yang tidak diharapkan dimasa depan, gagal mencapai cita-cita, dan sebagainya.
- b. Perilaku Motorik, kecemasan seseorang terwujud dalam gerakan tidak menentu seperti gemetar. Perilaku ini dimunculkan ketika seseorang menghadapi suatu perasaan yang tidak menyenangkan atau tidak nyaman terhadap suatu hal. Padahal hal tersebut tidak memahayakan dirinya.
- c. Perubahan Somatik, muncul dalam keadaan mulut kering, tangan dan kaki dingin, diare, sering kencing, ketegangan otot, peningkatan tekanan darah dan lain-lain. Hampir semua penderita kecemasan menunjukkan peningkatan detak jantung, respirasi, ketegangan otot dan tekanan darah. Ini juga terjadi ketika seseorang mengalami kecemasan terhadap karirnya di masa mendatang.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti mengambil aspek kecemasan karir berdasarkan pendapat dari Harber dan Runyon yaitu dimensi kognitif, dimensi afektif, dimensi motorik dan dimensi somatis.

Keempat aspek tersebut didasarkan pada sisi yang lebih komperhensif dan lebih detail atau terperinci.

3. Faktor-faktor penyebab kecemasan karir

Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Peristiwa peristiwa atau situasi khusus dapat mempercepat munculnya serangan kecemasan. Menurut Savitri Ramaiah (2003:11) ada beberapa faktor yang menunjukkan reaksi kecemasan, diantaranya yaitu :

a. Lingkungan

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya pengalaman yang tidak menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat, ataupun dengan rekan kerja. Sehingga individu tersebut merasa tidak aman terhadap lingkungannya.

b. Emosi yang ditekan

Kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal ini, terutama jika dirinya menekan rasa marah atau frustasi dalam jangka waktu yang sangat lama.

c. Sebab-sebab fisik

Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari

suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi-kondisi ini, perubahan-perubahan perasaan lazim muncul, dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

Zakiah Daradjat (Kholil Lur Rochman, 2010:167) mengemukakan beberapa penyebab dari kecemasan yaitu :

- a. Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancamdirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran
- b. Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum.
- c. Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya.

Kecemasan hadir karena adanya suatu emosi yang berlebihan. Selain itu, keduanya mampu hadir karena lingkungan yang menyertainya, baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun penyebabnya. Sedangkan Musfir Az-Zahrani (2005:511) menyebutkan faktor yang memepengaruhi adanya kecemasan yaitu:

- a. Lingkungan keluarga

Keadaan rumah dengan kondisi yang penuh dengan pertengkaran atau penuh dengan kesalahpahaman serta adanya ketidakpedulian orangtua terhadap anak-anaknya, dapat menyebabkan ketidaknyamanan serta kecemasan pada anak saat berada didalam rumah

b. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan individu. Jika individu tersebut berada pada lingkungan yang tidak baik, dan individu tersebut menimbulkan suatu perilaku yang buruk, maka akan menimbulkan adanya berbagai penilaian buruk dimata masyarakat. Sehingga dapat menyebabkan munculnya kecemasan.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan timbul karena adanya ancaman atau bahaya yang tidak nyata dan sewaktu-waktu terjadi pada diri individu serta adanya penolakan dari masyarakat yang menyebabkan kecemasan berada di lingkungan yang baru dihadapi baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun penyebabnya

C. Kajian Tentang Remaja

1. Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa yang juga terjadi peralihan serta perkembangan semua fungsi dan aspek dalam diri individu. Menurut Mappiare (Mohammad Ali & Mohammad Asrori, 2012: 9) masa remaja pada

wanita berlangsung ketika usia 12-21 tahun, sedangkan pada pria berlangsung ketika usia 13-22 tahun. Rentang usia remaja dibagi menjadi dua yaitu remaja awal sampai memasuki usia 17/18 tahun, serta remaja akhir ketika usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun. Terdapat perbedaan usia antara wanita dan pria, hal itu didasari faktor hormon yang terdapat pada tubuh manusia.

Menurut Petro Blos (Sarlito Wirawan Sarwono, 2005: 24-25) dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan ada tiga tahap perkembangan yang harus dilalui oleh remaja, yaitu:

a. Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Pada tahap ini remaja masih akan bingung akan perubahan fisik yang terjadi kepadanya serta dorongan dorongan yang turut menyertai perubahan tersebut. Remaja diusia ini akan cepat tertarik dengan lawan jenis dan akan cepat terangsang secara erotis.

b. Remaja Madya (*Middle Adolescence*)

Pada tahap ini remaja akan membutuhkan lebih banyak interaksi dengan teman sebayanya, dia akan senang bila lingkungan sosialnya menyukai dirinya. Remaja ditahap ini akan cenderung menyukai teman-teman yang memiliki sifat mirip dengannya.

c. Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Tahap ini adalah tahap dimana terjadi konsolidasi menuju kedewasaan. Hal tersebut ditandai dengan pencapaian lima hal, yaitu:

- 1) Minat yang mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- 2) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dalam pengalaman-pengalaman baru.
- 3) Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- 4) *Egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dan orang lain,
- 5) Tumbuh “dindnig” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

2. Ciri – Ciri Remaja

Adapun ciri-ciri khas remaja akhir menurut Muhammad Al-Mighwar (2006: 71-74) yaitu :

- a. Mulai stabil, adanya peningkatan kestabilan emosi bagi remaja laki-laki maupun perempuan. Hal tersebut didikuti pula oleh kestabilan dalam minat, menentukan sekolah, jabatan, pakaian, pergaulan dengan sesame ataupun lawan jenis, kestabilan dalam bersikap dan pandangan. Faktor yang berpengaruh terhadap proses kestabilan remaja khir yaitu siap mendidik orang tua dan jarak tempat tinggal antara remaja dengan orangtua. Proses kestabilan remaja lebih cepat

dicapai dalam keluarga dengan orang tua yang demokratis. Demikian pula dengan remaja yang tinggal jauh dari orangtua biasanya lebih cepat stabil dibandingkan dengan remaja yang tetap tinggal dengan orang tua. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Andi Mappiare (1982: 37) tentang pola sikap mendidik orang tua dan jarak tempat tinggal antara remaja dengan orang tua, merupakan dua hal yang sangat besar pengaruhnya terhadap proses penstabilan.

b. Lebih realistis, remaja akhir mulai memandaang dirinya secara apa adanya, menghargai apa yang dimiliki, keluarga, orang lain seperti keadaan yang sebenarnya. Pandangan realistis ini sangat positif karena akan menimbulkan perasaan puas, menjauhkan diri dari rasa kecewa, dan menghantarkan pada puncak kebahagiaan. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Hurlock (1980: 209) bahwa dengan bertambahnya pengalaman pribadi, pengalaman sosial, dan meningkatnya kemampuan untuk berpikir rasional, remaja lebih realistik dalam memandang diri sendiri, keluarga, teman-teman, dan kehidupan.

a. Lebih matang menghadapi masalah, masalah yang dihadapi remaja akhir relatif sama dengan remaja awal. Cara menghadapi masalah adalah yang membedakannya. Apabila remaja awal menghadapi dengan sikap bingung dan tingkah laku yang tidak efektif, maka remaja akhir menghadapinya dengan lebih matang. Kematangan itu ditunjukkan dengan usaha pemecahan masalah yang dihadapi, baik

dengan cara sendiri maupun dengan diskusi dengan teman-teman sebaya.

Lebih tenang perasaannya pada paruh akhir masa remaja, akhir remaja lebih tenang dalam menghadapi masalah-masalahnya disbanding pada awal masa remaja akhir. Remaja akhir jarang memperlihatkan kemarahan, kesedihan dan kecewa.

3. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan (Agoes Dariyo, 2004:77) adalah tugas-tugas atau kewajiban yang harus dilalui dan dipenuhi oleh individu sesuai dengan tahapan perkembangan individu tersebut. Ketercapaian tugas perkembangan seorang individu akan mempengaruhi perkembangan keperibadiannya. Hal tersebut berarti apabila individu berhasil melakukan tugas perkembangan dengan baik maka individu memiliki rasa percaya diri, berharga, dan akan optimis dalam meghadapi masa depannya. Sebaliknya apabila seorang individu tidak berhasil melakukan tugas perkembangan dengan baik maka akan merasa tidak mampu dan pesimis dalam menghadapi masa depan.

Menurut Abu Ahmadi & Munawar Sholeh (2005: 125-126) sifat-sifat yang harus dimiliki dalam masa remaja akhir (*adolescence*), yaitu:

- a. Menunjukkan timbulnya sikap positif dalam menentukan sistem tata nilai (*value*) yang ada.

- b. Menunjukkan ketenangan dan keseimbangan dalam kehidupannya.
- c. Mulai menyadari bahwa sikap aktif, mengkritik waktu ia puber itu mudah tetapi melaksanakannya sulit.
- d. Ia mulai memiliki rencana hidup yang jelas dan matang.
- e. Ia mulai menghargai sesuatu yang bersifat historis dan tradisi, agama, kultur, etis, dan estetis serta ekonomis.
- f. Dalam menentukan calon teman hidup, sudah tidak lagi berdasarkan nafsu seks belaka, tapi juga atas pertimbangan yang matang dari berbagai aspek.
- g. Mulai mengambil/menentukan sikap hidup berdasarkan sistem nilai yang diyakininya.
- h. Pandangan dan perasaan semakin menyatu atau melebar antara erotik dan seksualitas, yang sebelumnya (pubertas) keduanya terpisah.

B. Kerangka Berpikir

Siswa kelas XI Akuntansi di SMK N 1 Bantul membutuhkan dukungan sosial secara positif akan mengurangi kecemasan. Semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh siswa maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi karir masa depan siswa. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi kecemasan menghadapi karir masa depan pada siswa.

Teori yang dipakai dalam penelitian ini adalah teori dukungan sosial dari Sarafino dan House, sedangkan untuk kecemasan adalah teori Haber & Runyon.

Kecemasan menghadapi masa depan ialah keadaan emosional berupa kegelisaan, kekhawatiran, yang mempunyai ciri keterangan fisiologis, perasaan yang tegang dan tidak menyenangkan serta mengeluhkan sesuatu yang buruk akan terjadi dimasa yang akan datang, yang berkaitan dengan perasaan kegagalan akan menghadapi masa depan.

Haber & Runyon (1984: 128) mengemukakan bahwa kecemasan dimanifestasi dalam empat hal:

1. Kognitif (dalam fikiran individu), 2. Motorik (dalam aksi atau tindakan), 3. Somatik (dalam reaksi fisik atau biologis), 4. Afektif (dalam emosi individu). Salah satu dari aspek tersebut yakni dimensi afektif dimana kondisi tersebut menyebabkan kekhawatiran terhadap bahaya yang mengancam atau takut kejadian yang buruk menimpa dirinya. Ini merupakan kondisi dimana siswa memerlukan adanya dukungan sosial yang dapat membantu mengurangi kekhawatirannya.

Ciri-ciri yang tampak pada siswa yaitu semacam emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan kegelisaan, kekhawatiran, dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas, berorientasi kemasa yang akan datang, mempunyai ciri menyiksa pada diri sendiri yang bersumber dari konflik, frustasi, ancaman fisik, ancaman terhadap harga diri dan tekanan melakukan sesuatu diluar kemampuan individu. kecemasan merupakan suatu

respon dari pengalaman yang dirasa tidak menyenangkan dan diikuti perasaan gelisah, khawatir, dan takut.

Menghadapi tegangan, ancaman kegagalan, perasaan tidak aman dan konflik dan biasanya individu tidak menyadari dengan jelas apa yang menyebabkan ia mengalami kecemasan. maka dari itu sangat penting bagi seseorang individu untuk bisa menanggapi secara positif suatu kecemasan agar tidak terjadi perilaku negatif dalam menghadapi suatu tekanan. Dukungan sosial dapat dikatakan sangat berpengaruh dalam mengurangi kecemasan. Aspek dukungan sosial menurut Sarafino empat jenis, yaitu:

1) Dukungan emosional

Dukungan emosional meliputi ungkapan empati. Kepedulian, dan perhatian yang diberikan orang lain terhadap individu.

2) Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan meliputi ungkapan positif, dorongan maju yang diberikan orang lain terhadap individu, serta perbandingan positif individu dengan orang lain.

3) Dukungan Instrumental

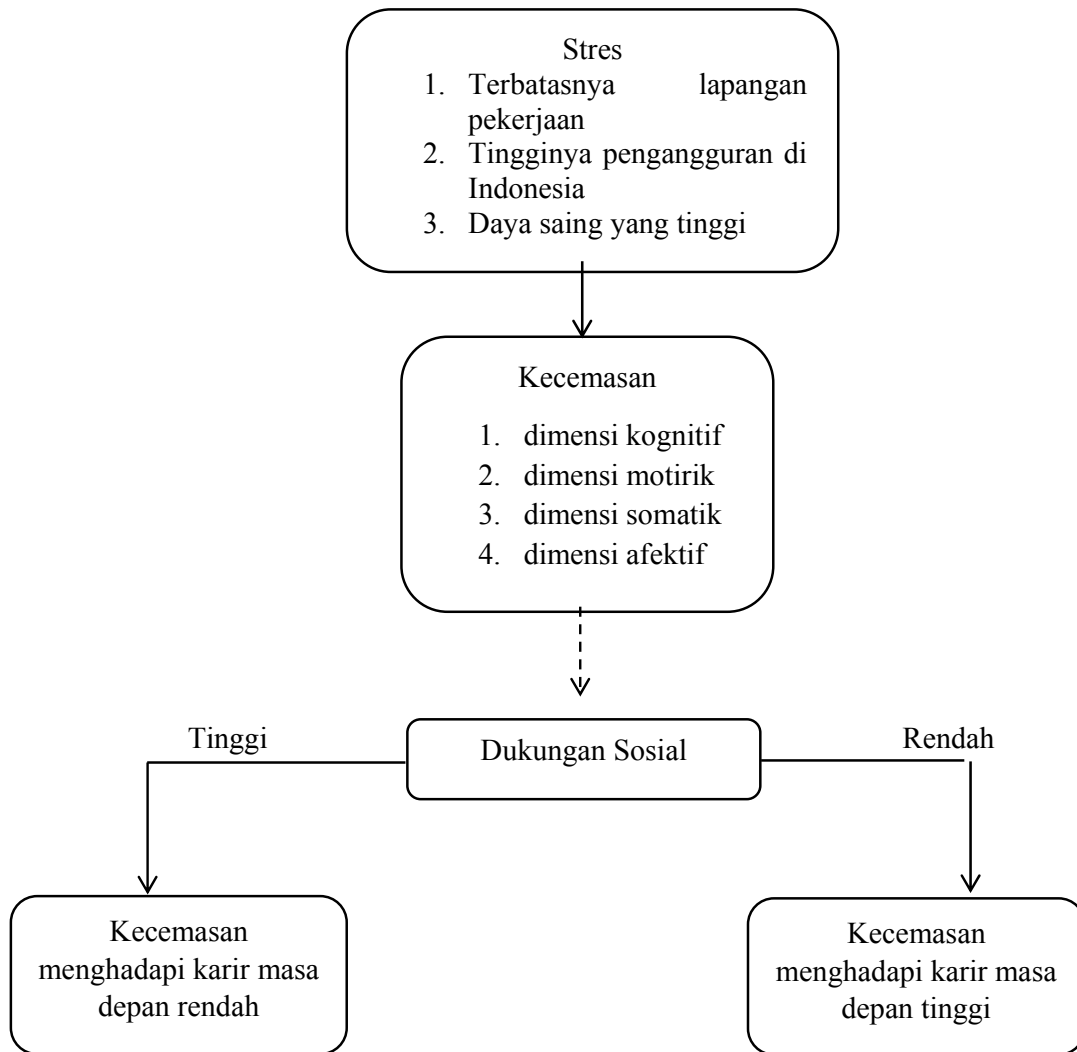
Dukungan instrumental meliputi dukungan atau bantuan langsung yang diberikan orang lain kepada individu

4) Dukungan Informatif

Dukungan informatif meliputi dukungan yang berupa pemberian nasehat, petunjuk, saran, maupun umpan balik.

Berdasarkan pendapat yang telah dijelaskan sebelumnya, dukungan sosial akan mengurangi kecemasan karir siswa. Dukungan sosial dapat memberikan banyak manfaat bagi penerimanya terutama manfaat psikologis. Dimana seseorang yang menerima dukungan sosial akan merasa lebih percaya diri, akan merasa dicintai, dihargai, diperhatikan, serta dapat mengurangi kecemasan, Selain itu dukungan sosial juga akan membuat seseorang merasa tenang dan dibutuhkan orang lain. Pada beberapa pemaparan tersebut peneliti berasumsi bahwa adanya pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir masa depan siswa.

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Karir



Keterangan:

- > = Dipengaruhi
————> = Mempengaruhi

Gambar 1

C. Hipotesis

Berdasarkan pada kerangka berpikir, maka hipotesis penelitian sebagai berikut :

“Dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap kecemasan karir siswa kelas XI Akuntansi SMK Negeri 1 Bantul” yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin kecil kecemasan karir seseorang, dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan karirnya.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Pada penelitian data yang terkumpul berupa angka yang dianalisis menggunakan analisis statistika Sugiyono (2007: 51). Penelitian ini merupakan penelitian regresi dan bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari satu variabel terhadap variabel lain serta mengetahui besarnya pengaruh tersebut.

Pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis korelasional pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa kelas XI Akuntansi SMK Negeri 1 Bantul dan mengetahui besarnya pengaruh tersebut.

B. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI Akuntansi SMK Negeri 1 Bantul yang telah melaksanakan praktik kerja industri. Terdiri dari tiga kelas yaitu kelas XI Akuntansi 1 dengan jumlah siswa 33, kelas XI Akuntansi 2 yang berjumlah 32 siswa dan kelas XI Akuntansi 3 yang berjumlah 30 siswa. sehingga populasi tersebut sebanyak 95 siswa. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan seluruh populasi sebagai subyek penelitian. Peneliti mengambil semua responden sebagai subjek penelitian karena subjek dari penelitian masih berada dalam satu lingkup sekolah.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 1 Bantul, yaitu salah satu SMK yang ada di Kabupaten Bantul yang terletak di Jalan Parangtritis kilometer 11 Sabdodadi Bantul. Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Mei 2016.

D. Variabel Penelitian

Sugiyono (2010: 64) menyatakan variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga memperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulan. Variabel penelitian yang diajukan pada penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu:

1. Variabel bebas (*independent variable*)

Menurut Sugiyono (2010: 64) menyatakan bahwa variabel bebas merupakan variabel yang menjadi sebab perubahannya atas variabel terikat (*dependent variable*). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial.

2. Variabel terikat (*dependent variable*)

Menurut Sugiyono (2010: 64) menyatakan bahwa variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi di mana menjadi akibat dari adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan karir.

E. Definisi Operasional

1. Kecemasan karir

Kecemasan karir masa depan dapat diartikan sebagai suatu perasaan khawatir. Gelisah atau takut adanya ketidakpastian di masa mendatang dalam mencapai suatu karir atau pekerjaan yang diharapkan demi kemajuan dan perkembangan kehidupannya kelak masa depan. Kecemasan karir masa depan diungkap dengan menggunakan skala kecemasan karir masa depan yang terdiri dari empat aspek kecemasan yang dikemukakan oleh Haber dan Runyon yaitu: dimensi kognitif, dimensi motorik, dimensi somatic dan dimensi afektif. Tingkat kecemasan karir masa depan dapat dilihat dari skor total yang diperoleh pada skala tersebut.

2. Dukungan sosial

Dukungan sosial adalah peranan atau motivasi yang diberikan secara langsung dan tidak langsung untuk membutuhkan kepercayaan diri seseorang terhadap lingkungan sosialnya. Dukungan sosial itu berasal dari luar yang memberikan dorongan, semangat, kasih sayang, materi untuk mengatasi masalah-masalah yang dihadapi, merasa berharga dan bernilai juga merasa lebih bahagia. Dukungan sosial dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala dukungan sosial yang terdiri dari empat aspek yaitu dukunagn emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dipilih dalam penelitian ini menggunakan kuesioner atau angket. Suharsimi Arikunto (2005: 102) menjelaskan bahwa kuesioner atau angket adalah sejumlah pertanyaan/pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan mengenai pribadi dirinya. Pada penelitian ini dipilih kuesioner dengan skala model *Likert* untuk menyusun skala dukungan sosial dan kecemasan karir. Hal ini dikarenakan skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial.

Penyusunan kuesioner berdasarkan definisi operasional kemudian akan dijabarkan dalam butir-butir pernyataan, dan akan dijabarkan secara berurutan. Kuesioner yang digunakan akan dibagi menjadi dua yaitu kuesioner yang digunakan untuk mengungkapkan tinggi rendahnya dukungan sosial dan kuesioner untuk mengungkapkan tinggi rendahnya kecemasan karir.

G. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2010: 148) instrument penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrument penelitian yang digunakan untuk mengukur data kuantitatif yang akurat harus mempunyai skala. Sugiyono (2007: 92) juga menjelaskan bahwa skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang

ada dalam alat ukur. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Likert*

Menurut Sugiyono (2007: 93) skala *Likert* merupakan suatu ukuran subyektif yang dibuat berskala. Skala ini terdiri dari sejumlah pernyataan yang meminta reaksi responden. Reaksi itu harus diungkapkan dari tingkat sangat setuju sampai sangat tidak setuju. Skala tersebut memiliki dua item *favourabel* dan *unfavourabel*. Setiap item pada kelompok pernyataan tersebut memiliki empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Namun, dalam penelitian ini pilihan jawaban yang digunakan mengalami modifikasi menjadi empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS), sehingga menjadikan skala ini skala modifikasi. Hal ini dikarenakan untuk menghindari nilai tengah pada skala tersebut.

Jawaban setiap kuesioner dengan skala *likert* untuk setiap butir pernyataan dapat dijelaskan pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Skor Skala Dukungan Sosial dan Kecemasan Karir

	SS	S	TS	STS
<i>Favourable (+)</i>	4	3	2	1
<i>Unfavourable (-)</i>	1	2	3	4

Penyusunan instrument pada umumnya terdiri dari beberapa langkah sebagaimana diuraikan oleh Sugiyono (2007: 103) tahapan-tahapannya yaitu:

1. Menjabarkan variabel ke dalam indicator
2. Menyusun kisi-kisi pembuatan instrument

3. Menuliskan butir-butir pertanyaan atau pernyataan
4. Melengkapi instrument dengan petunjuk pengisian dan kata pengantar

Berdasarkan uraian di atas, instrument yang disusun pada penelitian ini terdiri dari dua macam yaitu skala dukungan sosial dan skala kecemasan karir. Instrumen dukungan sosial dan kecemasan karir tersebut yang akan digunakan dalam penelitian. Berikut dijabarkan skala dukungan sosial dan skala kecemasan karir:

a. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial disusun berdasarkan pada teori Sarafino dan House menjabarkan empat aspek yaitu sebagai berikut:

- 1) Dukungan emosional: mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap individu. Memberikan individu rasa nyaman, tentram, merasa memiliki, dan dicintai saat mengalami tekanan.
- 2) Dukungan penghargaan: berupa penghargaan positif terhadap individu, dorongan atau persetujuan terhadap ide atau perasaan individu, dan membandingkan secara positif individu dengan orang lain.
- 3) Dukungan instrumental: berupa bantuan langsung seperti uang, waktu, dan tenaga melalui tindakan yang dapat membantu individu.
- 4) Dukungan informatif: mencakup pemberian nasehat, petunjuk, saran, atau umpan balik tentang yang dilakukan individu.

Berdasarkan aspek dukungan sosial di atas selanjutnya dapat dirumuskan indikator dari masing-masing variabel. Kisi-kisi skala dukungan sosial yang disusun dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Dukungan Sosial

Aspek	Indikator	Nomor item
Dukungan Emosional	1. Empati 2. Kepedulian 3. Perhatian	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12
Dukungan Penghargaan	1. Penghargaan Positif 2. Persetujuan gagasan	13,14,15,16,17,18
Dukungan Instrumental	1. Bantuan langsung berupa barang/uang 2. Bantuan langsung berupa tindakan	19,20,21,22,23,24,25,26,27
Dukungan Informatif	1. Nasehat 2. Saran 3. Petunjuk	28,29,30,31,32
Jumlah		32 butir

Sub variabel di atas kemudian dideskripsikan menjadi butir-butir yang berisikan adanya kesesuaian antara pernyataan tentang dukungan sosial yang baik (*favourable statement*) dan ketidaksesuaian dukungan sosial yang dirasakan oleh dirinya (*unfavourable statement*). Penilaian dalam skala ini dari 1-4 berdasarkan pada perasaan sesuai dan tidak sesuai dukungan sosialnya. Respon jawaban yang digunakan terdiri dari Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 3. Penilaian skala dukungan sosial

Pilihan Jawaban	Skor	
	<i>Favourable</i> / +	<i>Unfavourable</i> / -
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

Subjek yang memilih pernyataan positif diberikan skor 4 untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk jawaban Sesuai (S), skor 2 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Sebaliknya untuk pernyataan negative diberikan skor 1 untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), skor 2 untuk jawaban Sesuai (S), skor 3 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), dan skor 4 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Semakin tinggi skor yang dipilih oleh subyek maka menunjukkan semakin tinggi pula dukungan sosial subyek. Sebaliknya semakin rendah nilai yang dipilih oleh subyek menunjukkan semakin rendahnya dukungan sosial yang dimiliki subyek.

b. Skala Kecemasan Karir

Skala kecemasan karir disusun dengan mengacu pada teori yang dikembangkan oleh Harber dan Runyon (1984: 128) yaitu:

- 1) Dimensi kognitif: Merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam pikiran seseorang sehingga ia mengalami rasa risau dan khawatir. Saat individu mengalami kondisi ini ia tidak dapat berkonsentrasi dalam mengambil keputusan, dan mengalami kesulitan untuk tidur. Sehingga memunculkan kecemasan dan

kekhawatiran yang berlebihan dalam berfikir bahwa hal yang buruk mengenai karirnya dimasa mendatang.

- 2) Dimensi motorik: Merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk tingkah laku seperti meremas jari, menggeliat, menggigit bibir, menjentikkan kuku, gugup, dan tics.
- 3) Dimensi somatik: Merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam reaksi fisik biologis seperti mulut terasa kering, kesulitan nafas, berdebar, tangan dan kaki dingin, pusing seperti hendak pingsan, banyak keringat, tekanan darah naik dan sulit mencerna makanan.
- 4) Dimensi afektif: Merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk emosi, perasaan tegang karena luapan emosi yang berlebihan seperti dihadapkan pada terror dan pandangan terhadap karir masa depan yang curam. Luapan emosi ini biasanya berupa kegelisahan atau kekhawatiran bahwa ia dekat dengan bahaya padahal sebenarnya tidak terjadi apa-apa.

Mengacu pada uraian mengenai kecemasan karir di atas selanjutnya dapat dirumuskan kisi-kisi instrument untuk menyusun skala kecemasan karir.

Tabel 4. Kisi-kisi skala kecemasan karir

Aspek	Indikator	Nomor Item
Dimensi kognitif	1. Berkurangnya Konsentrasi 2. Kesulitan untuk tidur	1,2,3,4,5,6,
Dimensi motorik	1. Menggigit bibir 2. Gugup	7,8,9,10,11,12,13,14
Dimensi somatis	1. keluarnya keringat dingin dari seluruh tubuh 2. tekanan darah meningkat	15,16,17,18,19,20,21,22, 23,24,25
Dimensi afektif	1. khawatir terhadap bahaya yang mengancam 2. takut kejadian yang buruk menimpa dirinya	26,27,28,29,30,31,32,33, 34,35,36
Jumlah		36

Pilihan jawaban instrument terdiri dari empat poin yang meliputi: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Butir pada tiap item selanjutnya dibagi menjadi dua macam yaitu item *favourable* yang menunjukkan untuk kecemasan karir tinggi dan item *unfavourable* yang menunjukkan kecemasan karir lemah. Skoring pada item *favourable* bergerak dari 4 sebagai item dengan nilai tertinggi hingga 1 sebagai nilai terendah. Sebaliknya pada item *unfavourable* nilai bergerak dari nilai 1 hingga nilai 4. Penjabaran skoring diatas dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 5. Penilaian skala kecemasan karir

Pilihan Jawaban	Skor	
	<i>Favourable / +</i>	<i>Unfavourable / -</i>
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

Subjek yang memilih pernyataan positif diberikan skor 4 untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk jawaban Sesuai (S), skor 2 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Sebaliknya untuk pernyataan negatif diberikan skor 1 untuk jawaban Sangat Sesuai (SS), skor 2 untuk jawaban Sesuai (S), skor 3 untuk jawaban Tidak Sesuai (TS), dan skor 4 untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS).

Semakin tinggi skor yang dipilih oleh subjek maka menunjukkan semakin tinggi tingkat kecemasan karir diri subjek. Sebaliknya semakin rendah nilai yang dipilih oleh subjek menunjukkan tingkat kecemasan karir yang rendah.

H. Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen dilakukan pada siswa kelas XI Akuntansi 1 SMK Negeri Bantul. Penelitian ini menggunakan subyek uji coba sebanyak 33 siswa atau sama dengan jumlah siswa satu kelas. Uji coba instrument bertujuan untuk mengetahui keandalan instrumen Suharsimi Arikunto (2010: 143). Keandalan instrumen akan menghasilkan data yang benar serta hasil penelitian yang berkualitas.

Dalam sebuah penelitian instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan baku yaitu instrumen harus valid dan reliabel (Suharsimi Arikunto, 2010: 211) senada dengan pernyataan di atas Sugiyono (2007: 173) menuturkan instrumen akan menjadi baku apabila telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Instrumen yang tidak teruji validitas dan reliabilitasnya akan menghasilkan data yang sulit dipercaya kebenarannya, sehingga instrumen yang digunakan dalam penelitian harus diuji cobakan.

I. Validitas dan Reliabilitas

Suharsimi Arikunto (2002: 144) instrument pengambilan data yang telah disusun sendiri oleh peneliti memiliki kewajiban untuk mencobakan instrumennya sehingga apabila digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian instrument tersebut benar-benar baik untuk digunakan. Agar dapat memberikan data instrument maka perlu dilakukan uji validitas dan reliabilitas agar dapat terbukti dalam instrumen terdapat yang valid dan reliable untuk digunakan dalam pengambilan data dan instrumen yang dilakukan peneliti berupa angket.

1. Uji Validitas Instrumen

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid, yaitu dapat mengukur apa yang seharusnya diukur Sugiyono (2011: 168). Untuk mengetahui validitas instrument dalam penelitian ini menggunakan pengujian validitas konstruksi (*construct validity*) untuk menguji validitas konstruksi, dapat

digunakan pendapat dari ahli (*expert judgment*). Ahli diminta untuk memberikan pendapat tentang instrumen yang telah disusun, dengan adanya pendapat tersebut maka ahli dapat memberi keputusan: instrument dapat digunakan tanpa ada perbaikan, ada perbaikan, dan mungkin dirombak total Sugiyono (2011: 172). Adapun yang menjadi ahli (*expert judgment*) dalam penelitian ini adalah Isti Yuni Purwanti, M.Pd yaitu dosen jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Hasil kisi-kisi terdapat perbaikan diantaranya memperbaiki kata yang masih belum jelas maksudnya, menghilangkan kata jarang, sering, merasa dan kata yang mengandung intensitas.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang sudah dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Hal ini dapat diketahui apabila instrumen digunakan berkali-kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Saifuddin Azwar (2006: 9) menambahkan bahwa reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar 0 sampai dengan 1. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1, maka semakin tinggi reliabilitasnya. Koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya

Salah satu fungsi dilakukannya uji coba sebelum penelitian adalah untuk mengetahui reliabilitas instrument penelitian tersebut. Penilitan ini menggunakan uji reliabilitas instrument *Croanbach's Alpha* karena data variabel dalam penelitian ini berjenis data interval yang instrument

jawabannya dalam bentuk skala. Sebagai pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi dari reliabilitas yang telah diketahui validitasnya dapat digunakan tabel sebagai berikut (Sugiyono, 2007: 257):

Tabel 6 .Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien r hitung	Interpretasi
0,80 – 1,00	Reliabilitas sangat kuat
0,60 – 0,799	Reliabilitas kuat
0,40 – 0,599	Reliabilitas sedang
0,20 – 0,399	Reliabilitas rendah
0,00 – 0,199	Reliabilitas sangat rendah

Reliabilitas butir aitem diuji dengan melihat koefisien *Alpha* dengan melakukan *reliability statistic* dengan bantuan program computer SPSS 22.

3. Hasil Uji Coba Instrumen

Sebelum instrumen digunakan sebagai alat dalam pengumpulan data penelitian, instrumen akan uji cobakan untuk memastikan reliabilitasnya. Reliabilitas instrumen dalam penelitian ini diuji cobakan pada 33 responden yang merupakan subjek dari penelitian ini, sehingga hasil uji coba akan digunakan sebagai hasil penelitian. Uji coba instrumen dilaksanakan pada kelas XI Akuntansi 1 SMK Negeri 1 Bantul.

Setelah melakukan uji coba pada 33 siswa maka berdasarkan uji reliabilitas yang dilakukan, dari 35 item dukungan sosial dan 36 item kecemasan karir yang diajukan, reliabel sebanyak 28 item untuk

dukungan sosial dan 29 item untuk kecemasan karir siswa, sehingga dapat dikatakan bahwa ada item yang gugur sebanyak 7 item untuk skala dukungan sosial dan 7 item untuk kecemasan karir. Berdasarkan hasil uji coba reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* telah didapatkan hasil bahwa skala dukungan sosial memiliki reliabilitas 0,873 Sementara itu, kecemasan karir memiliki reliabilitas 0,895. Berikut merupakan hasil reliabilitas skala dukungan sosial dan kecemasan karir yang dihasilkan menurut perhitungan *SPSS for Windows* versi 22.0. disajikan dalam Tabel 7 dan Tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.873	35

Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecemasan Karir

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.895	36

J. Teknik Analisis Data

Setelah terkumpulnya semua data yang diperlukan oleh peneliti selanjutnya akan dilakukan analisis data. Menurut Sugiyono (2007: 147) analisis data adalah suatu kegiatan mengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis responden, metabelasi data berdasarkan variabel dari

seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan.

Data yang diperoleh dari seluruh responden akan dikumpulkan kemudian dilakukan analisis data terhadap semua data. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan bantuan analisis statistik dengan program *SPSS for windows* versi 22.0. Hasil analisis data dalam penelitian ini akan mencakup seluruh kegiatan yang mendeskripsikan, menganalisis hasil kuantitatif, dengan menarik kesimpulan seluruh data yang terkumpul. Kemudian untuk mengetahui kecenderungan masing masing variabel dibuat kategorisasi dengan menggunakan panduan batasan menurut Saifudin Azwar (2012: 148) dapat dilihat pada Tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Kategorisasi Batas

Rumus	Kategori
$X > \mu + 1,5 \alpha$	Sangat tinggi
$\mu + 0,5 \alpha < X \leq \mu + 1,5 \alpha$	Tinggi
$\mu - 0,5 \alpha < X \leq \mu + 0,5 \alpha$	Sedang
$\mu - 1,5 \alpha < X < -0,5 \alpha$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5 \alpha$	Sangat rendah

Rumus yang digunakan oleh peneliti untuk menghitung mean ideal dan standar deviasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Menghitung Mean ideal

$$\text{Mean ideal} = \frac{1}{2} (\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah})$$

2. Perhitungan skor tertinggi dan terendah jumlah butir dan penskoran.

Skor tertinggi = 4 x jumlah item

Skor terendah = 1 x jumlah item

3. Menghitung standar deviasi (SD)

$SD = 1/6 (\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah})$

Setelah data yang disebar kepada subjek terkumpul akan dilakukan analisis untuk mengetahui pengaruhnya. Sesuai dengan hipotesis dalam penelitian ini, data yang terkumpul akan dianalisis dan diketahui pengaruhnya. Untuk mencari pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir, perlu dilakukan uji prasyarat analisis dan uji hipotesis dalam penelitian.

1. Uji Prasyarat Analisis

Dalam uji prasyarat analisis meliputi uji normalitas, dan uji linieritas. Perhitungan dalam analisis ini menggunakan *bantuan SPSS for windows* versi 22.0

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah skor variabel yang menjadi obyek penelitian berdistribusi normal atau tidak. Dalam analisis ini yang diuji bukan skor dependennya, melainkan residu atau erornya. Setelah diketahui nilai residu lalu dianalisis menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov*. Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidaknya dilakukan dengan melihat

nilai p (signifikansi). Jika nilai $P > 0,05$ maka data berdistribusi normal. Sebaliknya jika nilai $P < 0.05$ maka data berdistribusi tidak normal.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat) berbentuk linear atau tidak. Dalam penelitian ini menggunakan bantuan analisis *SPSS for windows* versi 22.0. Hubungan antara variabel bebas dan terikat Kedua variabel dikatakan memiliki linearitas apabila harga $p > 0,05$. Sebaliknya, apabila harga $p < 0,05$ maka hubungan antara kedua variabel dinyatakan tidak linier.

2. Uji Hipotesis

Setelah peneliti melakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas selanjutnya akan dilakukan pengujian hipotesis. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji hipotesis sederhana. Penelitian ini mempunyai dua variabel utama sehingga peneliti menggunakan analisis regresi sederhana untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Untuk mengetahui pengaruh pola asuh orang tua authoritative terhadap kemandirian belajar menggunakan bantuan aplikasi *SPSS for windows* versi 22.0. Sugiyono (2007: 153) mengatakan analisis regresi merupakan analisis yang digunakan untuk memprediksi bagaimana perubahan nilai variabel dependen bila nilai variabel independen dinaikkan atau diturunkan nilainya

(dimanipulasi). Analisis regresi yang digunakan adalah analisis regresi sederhana dengan rumus persamaan: $Y = a + bX$

Peneliti menggunakan bantuan program *SPSS for Windows* versi 22.0 untuk menganalisis data yang dimaksudkan. Hasil penelitian ini diinterpretasikan dengan menggunakan nilai p (probabilitas) pada taraf signifikan 5%. Jika hasil $P < 0,05$. Maka dianggap mempunyai pengaruh yang signifikan.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian

1. Deskripsi SMK Negeri 1 Bantul

SMK N 1 Bantul terletak di Jalan Parangtritis Km 11, Kelurahan Sabdodadi, Kecamatan Bantul, Kabupaten Bantul, Provinsi D.I. Yogyakarta. Sekolah ini merupakan sekolah kejuruan dengan spesialisasi dalam lima bidang meliputi Akuntansi, Administrasi Perkantoran, Pemasaran, Multimedia dan Teknik Komputer dan Jaringan. Dilihat dari letaknya cukup kondusif untuk melakukan kegiatan belajar mengajar. Informasi lain tentang SMK N 1 Bantul adalah sebagai berikut.

Identitas Sekolah

Nama Sekolah : SMK N 1 Bantul

Alamat : Jl. Parangtritis Km 11, Bantul 55702.

Akreditasi : A

Tahun Berdiri : 1968

Visi dan Misi

Visi: Terwujudnya sekolah berkualitas, berkarakter dan berwawasan lingkungan.

Indikator Visi Sekolah:

- 1) Tersedianya sarana prasarana dan SDM sesuai SNP.
- 2) Berprestasi di bidang akademik dan non akademik bertaraf nasional dan internasional.
- 3) Tamatan mampu berkompetisi secara mandiri di era global.
- 4) Pembelajaran agama diberikan sesuai agama yang dianut.
- 5) Dikembangkannya sikap toleransi antar sesama.

- 6) Teraplikasinya sains dan teknologi informasi komunikasi dalam kegiatan sekolah.
- 7) Berperilaku santun dalam keseharian.
- 8) Ditanamkannya sikap disiplin, jujur, dan tanggung jawab pada warga sekolah di semua kegiatan.
- 9) Peduli terhadap lingkungan.
- 10) Berperilaku terpuji dalam berlalulintas di jalan raya.

Misi:

- 1) Menyiapkan sarana prasarana dan SDM yang memenuhi SNP (Standar Nasional Pendidikan).
- 2) Melaksanakan pembelajaran yang berbasis sains dan teknologi.
- 3) Mengimplementasikan iman, takwa dan nilai-nilai karakter bangsa dalam kehidupan sehari-hari.
- 4) Melaksanakan pembelajaran berbasis lingkungan serta mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.
- 5) Menyiapkan tamatan yang mampu mengisi dan menciptakan lapangan kerja serta mengembangkan profesionalitas di bidang bisnis.

SMK N 1 Bantul memiliki potensi sebagai berikut: terdapat 100 orang guru di SMK Negeri Bantul yang terdiri dari 78 guru PNS dan 22 orang GTT. Guru yang mengajar di kelas juga merangkap sebagai Pembina dalam ekstrakurikuler sesuai dengan keahliannya masing-masing serta jabatan struktural lainnya. Sejumlah guru telah mendapatkan sertifikasi. Dari segi minat terhadap karya ilmiah, guru SMK Negeri 1 Bantul masih kurang berminat membuat karya ilmiah guna mengembangkan potensi akademik SMK N 1 Bantul. Semua guru merupakan lulusan S1 dan 6 diantaranya lulusan S2 dengan sebagian besar lulusan sarjana pendidikan. Bimbingan dan

Konseling (BK) sejumlah 8 orang. Adapun potensi kuantitas siswa SMK N 1 Bantul pada kelas X-XII adalah \pm 33 siswa per kelas. Siswa berpakaian rapi dan sopan serta aktif dalam kegiatan pembelajaran dan kegiatan ekstrakurikuler.

SMK N 1 Bantul menerapkan dua kurikulum yaitu Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) bagi siswa kelas XI dan XII serta kurikulum 2013 bagi siswa kelas X. Dilihat dari struktur organisasi sekolah, kepala sekolah SMK N 1 Bantul dijabat oleh Ibu Ir. Retno Yuniar Dwi Aryani.

Hasil analisis statistik antara variabel dukungan sosial dan kecemasan karir siswa dapat dilihat pada Tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Analisis Statistik Data Hasil Penelitian

Variabel	Jumlah Item	Statistik	Skor
Dukungan sosial	28	Skor Maksimal	112
		Skor Minimal	28
		Mean (μ)	70
		Standar Deviasi (α)	14
Kecemasan Karir	29	Skor Maksimal	116
		Skor Minimal	29
		Mean (μ)	72,5
		Standar Deviasi (α)	14,5

Penjelasan deskriptif data statistik dari masing-masing variabel akan dijelaskan secara rinci sebagai berikut:

2. Deskripsi Data Dukungan Sosial

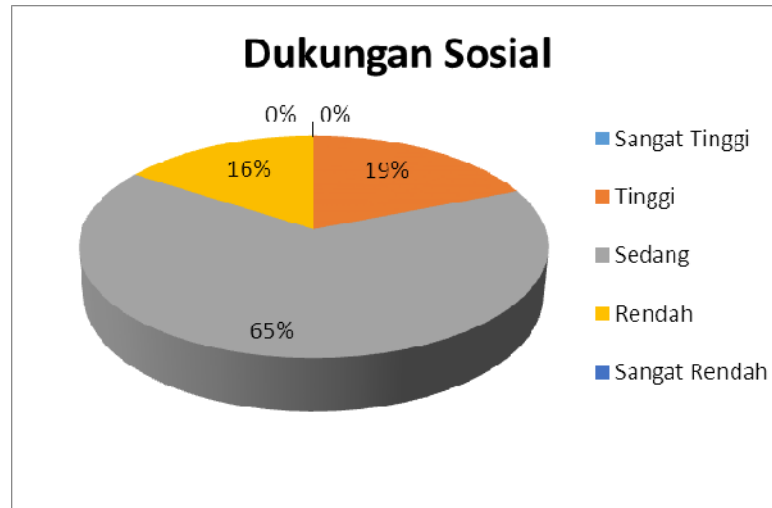
Peneliti mengidentifikasi dukungan sosial dalam penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial. Berdasarkan tabel 10 di atas dapat dikatakan bahwa skor mean skala dukungan sosial berada pada kategori sedang. Data yang diperoleh selanjutnya akan digunakan sebagai dasar penyusunan kategorisasi dan dikelompokkan berdasarkan lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Distribusi frekuensi akan dijelaskan pada Tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kategori Dukungan Sosial

Kategori	Rentan Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	91,9 – 112	0	0
Tinggi	77,9 – 91	18	18,94
Sedang	63,9 – 77	62	65,27
Rendah	49,9 – 63	15	15,79
Sangat Rendah	28 – 49	0	0

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa mayoritas dukungan sosial pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bantul berada pada kategori Sedang. Berikut sebaran data kategori dukungan sosial yang disajikan pada diagram Gambar 2 Sebagai berikut:



Gambar 2. Sebaran Data Variabel Dukungan Sosial

3. Deskripsi Data Kecemasan Karir

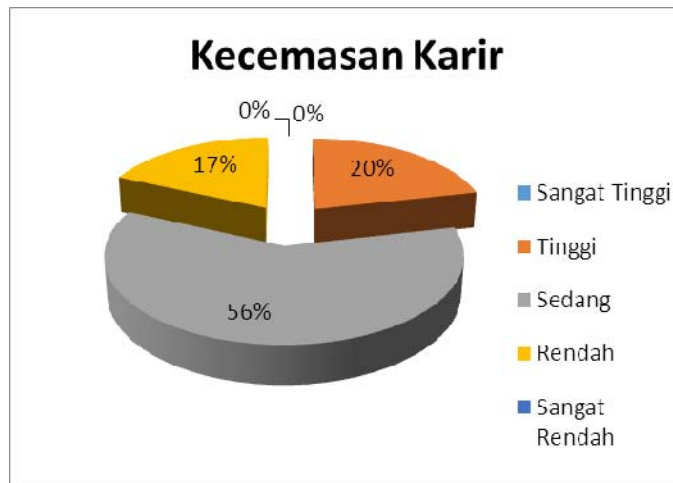
Peneliti mengidentifikasi kecemasan karir pada siswa menggunakan skala kecemasan karir berdasarkan tabel 10 dapat dikatakan bahwa skor mean skala kemandirian belajar pada kategori sedang. Data yang diperoleh selanjutnya akan digunakan sebagai dasar penyusunan kategorisasi, dan dikelompokkan berdasarkan lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Distribusi frekuensi data kemandirian belajar siswa akan disajikan pada Tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kategori Kecemasan Karir.

Kategori	Rentan Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	94,5 – 116	0	0
Tinggi	80,9 – 94	20	22
Sedang	65,9 – 80	56	60
Rendah	51,9 – 65	17	18
Sangat Rendah	29 – 51	0	0

Dapat disimpulkan bahwa mayoritas kecemasan karir siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bantul berada pada kategori sedang. Berikut sebaran data masing-masing kategori yang disajikan pada gambar 3. Sebagai berikut:



Gambar 3. Sebaran Data Variabel Kemandirian Belajar

B. Pengujian Hipotesis

1. Uji Prasyarat Analisis

Sebelum melakukan analisis data dalam rangka menguji hipotesis terlebih dahulu dilakukan dengan pengujian prasyarat analisis. Uji prasyarat analisis yang akan dimaksud yaitu uji normalitas dan linieritas. Pengujian prasyarat analisis ini menggunakan bantuan computer dengan program *SPSS for windows versi 22.0* dengan hasil sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data setiap variabel yang akan dianalisis terdistribusi secara normal atau tidak. Untuk mengetahui normal tidaknya sebaran data dapat diketahui dari taraf signifikasinya. Apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka data terdistribusi normal. Sebaliknya apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka data terdistribusi tidak normal. Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan perhitungan model *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan software *SPSS For Windows versi 22.0*. hasil uji normalitas dari masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel 13 berikut ini:

Tabel 13. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		95
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.92646539
Most Extreme Differences	Absolute	.083
	Positive	.083
	Negative	-.050
Test Statistic		.083
Asymp. Sig. (2-tailed)		.106 ^c

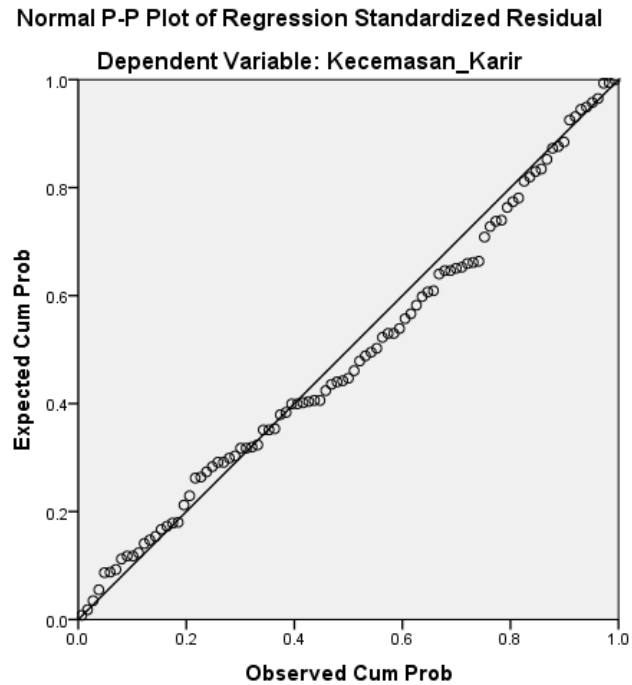
a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil uji normalitas sebesar 0,106 pada skala dukungan sosial dan kecemasan karir dapat dikatakan berdistribusi

secara normal, karena masing-masing variabel menunjukkan nilai signifikansi yang $> 0,05$.

Grafik sebaran ditunjukkan pada gambar berikut ini:



Gambar 4. Grafik P-P Plot Normalitas

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat berada pada garis linear atau tidak. Kaidah yang digunakan adalah apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka hubungan antara keduanya adalah linear dan sebaliknya apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka hubungan antara keduanya tidak linear.

Perhitungan dilakukan dengan bantuan *SPSS For Windows versi 22.0*.

Hasil dari uji linieritas dapat dilihat pada Tabel 14 berikut ini:

Tabel 14. Hasil Uji Linieritas.

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan_Karir * Dukungan_Sosial	Between Groups	(Combined)	2753.264	26	105.895	2.831	.000
		Linearity	1995.344	1	1995.344	53.342	.000
		Deviation from Linearity	757.920	25	30.317	.810	.716
	Within Groups		2543.642	68	37.406		
	Total		5296.905	94			

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil uji linieritas sebesar 0,716 pada skala dukungan sosial dan kecemasan karir, dapat dikatakan terdapat hubungan yang linier antara masing masing variabel, dikarenakan nilai signifikansi yang diperoleh $> 0,05$.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara atas masalah yang dirumuskan. Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui bahwa hipotesis penelitian diterima atau ditolak. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu adanya pengaruh yang negatif dan signifikan dukungan sosial terhadap kecemasan karir pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bantul.

Analisis data yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa, yaitu menggunakan analisis regresi sederhana. Sugiyono (2007: 153) mengatakan analisis regresi merupakan analisis yang digunakan untuk memprediksi bagaimana perubahan nilai variabel dependen bila nilai variabel independen dinaikkan atau diturunkan nilainya (dimanipulasi). Analisis regresi yang digunakan adalah analisis regresi sederhana dengan rumus persamaan :

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

Y : Y yang diprediksikan
X : Variabel prediktor
b : Koefisien prediktor
a : Bilangan konstan

Untuk mempermudah analisis data, maka analisis dilakukan dengan bantuan *SPSS For Windows versi 22.0*. Hasil analisis regresi dapat disajikan pada Tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15. Analisis Regresi Pengaruh Dukungan sosial terhadap Kecemasan Karir

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	118.023	6.173		19.118	.000
Dukungan_Sosial	-.655	.087	-.614	-7.497	.000

a. Dependent Variable: Kecemasan_Karir

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dukungan sosial terhadap kecemasan karir. Pembuktian untuk hipotesis tersebut

dapat dilihat dari nilai signifikansi yang lebih kecil dari pada nilai probabilitas $0,000 < 0,05$. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang negatif dan signifikan antara dukungan sosial terhadap kecemasan karir.

Tabel 15 di atas juga digunakan untuk mengetahui hasil persamaan analisis regresi sederhana pada penelitian ini sebagai berikut:

$$Y : 118.023 + (- 0.655) X$$

Persamaan di atas menunjukkan:

- a. Nilai konstanta (a) 118.023 yang berarti bahwa jika tidak ada dukungan sosial maka nilai kecemasan karir sebesar 118.023
- b. Nilai koefisien regresi (b) variabel dukungan sosial -0,655
yang bernilai negatif menunjukkan bahwa dukungan sosial mempunyai pengaruh negatif terhadap kecemasan karir. Hal tersebut dapat diartikan bahwa setiap meningkatnya 1 nilai dukungan sosial maka nilai kecemasan karir akan menurun sebesar 0,655

3. Sumbangan Efektif

Selanjutnya untuk mengukur besarnya sumbangan efektif variabel dukungan sosial (independent) terhadap variabel kecemasan karir (dependent). Besarnya sumbangan efektif dukungan sosial terhadap kecemasan karir dapat dilihat pada Tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 16. Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.614 ^a	.377	.370	5.958

a. Predictors: (Constant), Dukungan_Sosial

b. Dependent Variable: Kecemasan_Karir

Dari tabel tersebut diperoleh koefisien determinasi 0,377. Artinya pengaruh variabel dukungan sosial kecemasan karir adalah 37,7%, sedangkan sisanya sebesar 62,3% dipengaruhi oleh variabel lain. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi kecemasan karir siswa sebesar 37,7%. Sedangkan sisanya 62,3% dipengaruhi oleh faktor lain selain dukungan sosial.

C. Pembahasan

Dukungan sosial siswa kelas XI Akuntansi di SMK negeri 1 Bantul, berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya dapat diketahui bahwa dari total responden yang berjumlah 95 siswa diantaranya gabungan dari seluruh kelas XI akuntansi SMK Negeri 1 Bantul. Adapun hasilnya tidak ada siswa dengan kategori dukungan sosial pada tingkat sangat rendah dan tingkat sangat tinggi, sementara pada kategori tinggi sebanyak 18 siswa, kategori sedang sebanyak 62 dan kategori rendah sebanyak 15 siswa dengan. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada siswa kelas XI Akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul mayoritas berada

pada kategori sedang. Tingkat dukungan sosial pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bantul ini menunjukkan bahwa siswa memiliki tingkat keberagaman atau dukungan sosial yang cukup atau sedang dapat dilihat dari ke empat aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informatif. Didukung dengan hasil data tidak adanya siswa dengan persentase pada tingkat kategori rendah, hal tersebut menandakan bahwa tingkat dukungan sosial di SMK Negeri 1 Bantul ini sudah cukup baik.

Mayoritas siswa yang tingkat dukungannya berada pada kategori rendah tersebut mendukung hasil wawancara sebelum penelitian. Hal ini berarti siswa memiliki kecemasan karir masa depan yang dipengaruhi oleh kurangnya dukungan sosial dari pihak keluarga. Didukung dengan hasil data siswa kelas XI Akuntansi pada umumnya telah memasuki usia remaja pertengahan (15-18 tahun) dimana mereka mengalami perkembangan kognitif yang memberikan kemungkinan terjadinya perpindahan dari apa yang diperoleh dari keluarga dan lingkungannya. Hal tersebut ditunjukkan dalam penelitian ini sesuai dengan butir item nomor 1 yaitu “saya mendapatkan dorongan semangat dari keluarga ketika menghadapi masalah” dan item nomor 16 “teman bersedia membantu ketika saya mendapat kesulitan dalam menyelesaikan tugas” oleh karena itu dukungan sosial merupakan peranan penting dalam mengurangi kecemasan. Hal ini sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Rook (dalam Smet 1994: 134) yang menganggap dukungan sosial sebagai salah satu di antara fungsi pertalian (atau ikatan) sosial. Segi-segi fungsional mencakup: dukungan emosional, mendorong adanya ungkapan perasaan, pemberian nasehat atau

informasi, pemberian bantuan material. Ikatan-ikatan sosial menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal. Selain itu, dukungan sosial harus dianggap sebagai konsep yang berbeda, dukungan sosial hanya menunjuk pada hubungan interpersonal yang melindungi orang-orang terhadap konsekuensi negatif dari stress.

Hasil penelitian menemukan pada butir item nomor 17 yaitu “Orang tua memberikan saya uang saku yang cukup”, nomor 22 “orang tua memberikan nasehat ketika saya melakukan kesalahan”, nomor 23 “keluarga memberikan saran kepada saya untuk menjadi orang yang lebih baik”, dan nomor 24 “guru memberikan penjelasan ketika saya sulit dalam memahami pelajaran” dari butir item tersebut memperlihatkan bahwa dukungan sosial terdiri atas informasi yang menuntut orang untuk meyakini bahwa ia diurus dan disayangi, setiap informasi apapun dari lingkungan sosial yang mempersiapkan persepsi responden bahwa ia menerima efek positif, penegasan, atau bantuan, menandakan ungkapan dukungan sosial. Sependapat dengan hal ini Gottlieb (Smet 1994: 135) dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan/atau non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.

Pada variabel kecemasan karir, diperoleh hasil penelitian dari data yang didapatkan. Hasil menunjukkan bahwa dari total keseluruhan responden yang berjumlah 95 siswa, sebanyak 20 siswa memiliki kecemasan karir kategori tinggi, sebanyak 56 siswa memiliki kecemasan karir dalam kategori sedang,

sebanyak 17 siswa memiliki kecemasan karir dalam kategori rendah. Sedangkan siswa dengan kecemasan karir kategori sangat rendah dan sangat tinggi tidak ada dengan persentase (0%). dapatlah disimpulkan dari hasil yang diperoleh tersebut bahwa tingkat kecemasan karir pada siswa kelas XI akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul mayoritas berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa siswa kelas XI akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul telah memiliki kemampuan yang cukup dalam mengelola kecemasan karir.

Kehidupan remaja tidak terlepas dari berbagai macam permasalahan yang terjadi pada remaja dalam proses perkembangannya. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Hurlock (1980: 208), pada masa remaja mempunyai ciri khas sebagai usia bermasalah, pada butir item kecemasan karir nomor 25 yaitu “saya khawatir membayangkan persyaratan kerja yang semakin lama semakin tinggi”, butir item nomor 9 “saya gugup ketika berbicara mengenai karir masa depan” dari beberapa pernyataan tersebut responden memiliki kekhawatiran. Hal ini senada dengan Sarason (Cassady & Johnson, 2002: 271) terdapat dua dimensi kecemasan yaitu emosionalitas dan kekhawatiran.

Pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa kelas XI akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 dimana nilai tersebut kurang dari 0,05 atau $p < 0,05$. Selain itu hasil persamaan analisis regresi sederhana menunjukkan nilai koefisien regresi (b) variabel dukungan sosial – 0,655 bernilai negatif sehingga dukungan sosial

mempunyai pengaruh negatif terhadap kecemasan karir siswa. Hal tersebut dapat diartikan bahwa setiap meningkatnya 1 nilai dukungan sosial maka nilai kecemasan karir akan menurun sebesar 0,655, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin rendah tingkat kecemasan karir siswa. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh siswa maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan karir siswa. Maka hasil pengujian hipotesis menunjukkan adanya pengaruh yang negatif dan signifikan dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa kelas XI akuntansi SMK Negeri 1 Bantul.

Hasil uji hipotesis di atas didukung dengan pernyataan Apollo & Cahyadi (2012: 261) bahwa manfaat dukungan sosial adalah mengurangi kecemasan, depresi, dan simtom-simtom gangguan tubuh bagi orang yang mengalami stress dalam pekerjaan. Oleh karena itu dukungan sosial sangatlah penting dalam hal untuk mereduksi kecemasan yang dialami oleh individu. Senada dengan pendapat tersebut Baron & Byrne (2005: 244) dukungan sosial yaitu kenyamanan secara fisik dan psikologi yang diberikan oleh orang lain adalah hal yang bermanfaat tatkala kita mengalami stress, dan sesuatu yang sangat efektif terlepas dari strategi mana yang digunakan untuk mengatasi stress. Berhubungan dengan orang lain adalah sumber rasa nyaman ketika kita merasa tertekan.

Selain itu hasil penelitian di atas seperti halnya dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Puspitasari (2010: 75) disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menjelang Ujian Nasional (UN) pada siswa kelas XII reguler SMA

Negeri 1 Surakarta, artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh siswa dari teman sebayanya, maka semakin rendah kecemasan siswa menjelang UN. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh siswa dari teman sebayanya, maka semakin tinggi kecemasan siswa menjelang UN. Seperti halnya yang dijelaskan oleh Smet (1994: 139) bahwa semakin tinggi dukungan sosial akan mengurangi dampak penyakit yaitu meningkatkan kesehatan, begitu pula dengan kecemasan juga semakin rendah. Sebaliknya semakin dukungan sosialnya rendah kesehatan tidak meningkat dan kecemasan juga tidak meningkat. Artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin berpengaruh dalam tingkat kecemasan karir siswa. Hal ini sesuai dengan sumbangan variabel dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa pada penelitian ini sebesar 0,377 atau 37,7% dengan demikian masih ada 62,3% faktor lain yang mempengaruhi kecemasan karir pada siswa kelas XI akuntansi SMK Negeri 1 Bantul yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Faktor-faktor lain seperti keyakinan diri, pengetahuan diri, dan minat dalam diri sebagai pendorong dalam mengembangkan kemampuan dan dalam menambah pengetahuan mengenai karir yang sedang ditempuh. siswa terus mengembangkan informasi mengenai lingkungan sekitar yang berhubungan dengan karir juga dengan guru Bimbingan Konseling (BK) di sekolah dengan memanfaatkan bimbingan karir disekolah untuk mengumpulkan informasi karir, maupun memanfaatkan teknologi informasi untuk mencegah informasi mengenai persyaratan pekerjaan yang dipilih agar siswa dapat terus membangun kedekatan dengan anggota keluarga, guru, ataupun teman sebagai tempat

berdiskusi dalam mengumpulkan informasi mengenai pilihan karir yang dijalani. Temuan yang didapat oleh peneliti dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial terbukti memiliki pengaruh yang negative dan signifikan terhadap kecemasan karir siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bantul.

D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti tidak lepas dari kekurangan, hambatan, dan keterbatasan.

Beberapa hambatan dan keterbatasan dalam penelitian ini adalah:

1. Keterbatasan yang dapat mengganggu hasil penelitian yang dilakukan, diantaranya karena penelitian ini bertepatan dengan waktu klasikal layanan bimbingan konseling di letakkan di akhir jam sekolah sehingga menunggu waktu efektif karena siswa kurang responsif dan konsentrasi sudah berkurang.
2. Penelitian ini hanya sebatas mengungkap pengaruh antara dukungan sosial dengan kecemasan karir siswa, sehingga hasilnya belum menyeluruh.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan hasil penelitian terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa kelas XI Akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin rendah tingkat kecemasan karir siswa. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh siswa maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan karir siswa. Besarnya sumbangan efektif pengaruh variabel dukungan sosial terhadap kecemasan karir sebesar 37,7%, dengan demikian masih terdapat 62,3% faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tingkat dukungan sosial dan kecemasan karir siswa kelas XI Akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul berada pada kategorisasi sedang. Dengan demikian dukungan sosial berperan dalam meningkatkan kemantapan karir dan masih terdapat 62,3 % faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan uraian di atas siswa bisa menjadikan faktor-faktor lain seperti keyakinan diri, pengetahuan diri, dan minat dalam diri sebagai pendorong dalam mengembangkan kemampuan dan dalam menambah pengetahuan mengenai karir.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa SMK Negeri 1 Bantul

Untuk lebih meningkatkan kemantapan karir dengan cara menjadikan faktor-faktor lain seperti keyakinan diri, pengetahuan diri, dan minat dalam diri sebagai pendorong dalam mengembangkan kemampuan dan dalam menambah pengetahuan mengenai karir yang sedang ditempuh. Disarankan pula agar siswa terus mengembangkan informasi mengenai lingkungan sekitar yang berhubungan dengan karir juga dengan guru Bimbingan Konseling (BK) di sekolah. Menyarankan pula agar siswa dapat terus membangun kedekatan dengan anggota keluarga, guru, ataupun teman sebagai tempat berdiskusi dalam mengumpulkan informasi.

2. Bagi guru bimbingan dan konseling

Guru BK dapat memanfaatkan konseling karir sebagai media untuk membantu siswa dalam kematangan karir siswa, dan membantu siswa dalam memahami pilihan karirnya sesuai dengan jurusan, minat, bakat dan potensi yang dimiliki siswa.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terkait bagaimana bimbingan atau pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir pada aspek atau faktor lain dalam diri remaja juga dapat melakukan penelitian yang dapat mempengaruhi kecemasan karir di SMK lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alan Khalid. (2005). Pengembangan Program Layanan Informasi Karier di Sekolah Menengah Kejuruan Berdasarkan Kebutuhan Siswa terhadap Informasi Karier. *Skripsi*. Bandung: PPB FIP UPI Bandung.
- Andi Mappiare. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Ayu Febriasari. (2007). Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan Al-Basri Semarang 2007. *Skripsi* Fakultas Psikologi UNNES.
- Baron, Robert A. & Byrne, Donn. (2005). *Psikologi Sosial*. Edisi Kesepuluh. Jilid 2. (Penerjemah: Ratna Djuwita, dkk). Jakarta: Erlangga.
- Cohen, Sheldon & Syme, S Leonard (1985). *Social Support and Health*. Florida Academic Press, inc.
- Dewa Ketut Sukardi. (1989). *Bimbingan Karir di Sekolah-sekolah*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Dimas Warta K. (2009). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan pada Anak Jalanan di Rumah Singgah Yogyakarta*. *Skripsi* Fakultas Psikologi UII.
- Durand, V. Mark & Barlow, David H. (2006). *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Effendi dan Tjahjono. (1999). Hubungan antara Perilaku Coping dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Ibu Hamil Anak Pertama. *Anima. Jurnal*. Volume 14. Nomor 54. Halaman 214-227.
- Garmenzy, M dan Rutter, M. (1983). *Stress Coping and Development In Children*. New York : Mc Graw Hill Publising Company.
- Gibson, Robert L. & Marianne H. Mitchell. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Haber, A., dan Runyon, R. P. (1984). *Psychology of adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- _____. (1991). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih Bahasa: Istiwidayarti. Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Kartono Kartini. (2006) *Kenakalan Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Kaswan. (2014). *Career Development*. Bandung: Alfabeta.
- Kecemasan menurut Haber, A. & Runyon, R. P (1984). *Psychology of Adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Marliyah, Lina, dkk. (2004). Persepsi Dukungan Orang Tua dan Pembuatan Keputusan Karir Remaja, *Jurnal Provitae*, Volume 1, no. 1: Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara Jakarta Bekerjasama dengan Yayasan Obor Indonesia.
- Muhammad Al-Mighwar. (2006). *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia
- Namora Lumongga Lubis. (2009) *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana
- Nevid S.J, Spencer, A.R & Beverly. R. (2003). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga
- Nevid, Jeffrey S., Rathus, Spencer A., & Greene Beverly. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Erlangga
- Safaria, T. dan N. E. Putra. 2009. *Manajemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sarafino, Edward P. (1997). *Health Psychology: Biopsychosocial interaction*. 3rd ed. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Savitri Ramaiah. (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Siti Sundari. (2004). *Kearah Memahami Kesehatan Mental*. Yogyakarta: PPB FIP UNY.
- Smet, Bart. (1994) *Psikologi Kesehatan*. Penerjemah: Bagus Wismanto. Jakarta: PT Grasindo.
- Sri Maslihah. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 10, No. 2, 103-114.
- Sugiyono, (2011). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2005. *Manajemen Penelitian*. Edisi revisi. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suseno dan Sugiyanto. (2010). Pengaruh Dukungan Sosial dan Kepemimpinan Transformasional terhadap Komitmen Organisasi dengan Mediator Motivasi Kerja. *Jurnal Psikologi UGM*. Nomor 1. Halaman 94-109.

- Sutardjo Wiramihadja. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama.
- Syamsu Yusuf & Juntika Nurihsan. (2005). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Saifuddin Azwar. (2006). *Penyusunan Skala Psikologis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tarmidi & Ade Riza Rahman Rambe. (2010). Korelasi antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self Directed Learning pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*. Volume 37. No. 2. Hal 211-223.
- Taylor, Shelley E. (2012). *Health Psychology*. 8th. ed. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Trianto. (2011) *Pengantar Penelitian Pendidikan Bagi Pengembangan Profesi Pendidikan dan Tenaga Kependidikan*. Jakarta: Kencana.
- Winkel, W.S dan Sri Hastuti (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Media Abadi.
- Yustinus Semiun. (2006) *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-kisi skala Dukungan Sosial

Aspek	Indikator	Nomor item
Dukungan Emosional	4. Empati 5. Kepedulian 6. Perhatian	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12
Dukungan Penghargaan	3. Penghargaan Positif 4. Persetujuan gagasan	13,14,15,16,17,18
Dukungan Instrumental	3. Bantuan langsung berupa barang/uang 4. Bantuan langsung berupa tindakan	19,20,21,22,23,24,25,26,27
Dukungan Informatif	4. Nasehat 5. Saran 6. Petunjuk	28,29,30,31,32
Jumlah		32 butir

Lampiran 2. Kisi-kisi skala Kecemasan Karir

Aspek	Indikator	Nomor Item
Dimensi kognitif	3. Berkurangnya Konsentrasi 4. Kesulitan untuk tidur	1,2,3,4,5,6,
Dimensi motorik	3. Menggigit bibir 4. gugup	7,8,9,10,11,12,13,14
Dimensi somatis	3. keluarnya keringat dingin dari seluruh tubuh 4. tekanan darah meningkat	15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25
Dimensi afektif	3. khawatir terhadap bahaya yang mengancam 4. takut kejadian yang buruk menimpa dirinya	26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37
Jumlah		37

Lampiran 3. Skala Uji Coba Instrumen

INSTRUMEN PENELITIAN SKALA DUKUNGAN SOSIAL DAN SKALA KECEMASAN KARIR

A. PENGANTAR

Kepada: Siswa Akuntansi Kelas XI SMK Negeri 1 Bantul

Assalamualaikum Wr. Wb

Dalam rangka penelitian yang saya laksanakan sebagai tugas akhir maka perkenankanlah saya meminta waktu luang siswa-siswi untuk mengisi identitas dan menjawab pernyataan dalam skala penelitian ini dengan sejujur-jujurnya.

Skala penelitian ini dilaksanakan sebagai salah satu sarana untuk memperoleh sumber data dalam penelitian saya. Skala penelitian ini dimaksudkan untuk mengukur pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa-siswi. Identitas dan jawaban dalam skala penelitian ini akan dijamin kerahasiaannya, dengan demikian isilah seluruh pernyataan yang ada dalam skala penelitian ini dengan cermat dan teliti. Pilihan jawaban yang siswa-siswi berikan sangat berarti bagi saya dalam memperoleh informasi untuk kepentingan penelitian.

Atas kesediaan dalam mengerjakan skala penelitian ini dan kerjasama siswa-siswi sekalian, saya ucapkan terimakasih.

B. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin : L/P

C. PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Isilah identitas siswa-siswi dengan lengkap dan jelas
2. Bacalah dengan baik setiap pernyataan. Kemudian jawablah semua pernyataan sesuai dengan keadaan atau perasaan siswa-siswi yang sesungguhnya
3. Beri tanda (√) pada salah satu dari 4 (empat) alternatif jawaban yang tersedia
 - a. SS : Apabila pernyataan yang tercantum **Sangat Sesuai** dengan keadaan Anda
 - b. S : Apabila pernyataan yang tercantum **Sesuai** dengan keadaan Anda

- c. TS : Apabila pernyataan yang tercantum **Tidak Sesuai** dengan keadaan Anda
- d. STS : Apabila pernyataan yang tercantum **Sangat Tidak Sesuai** dengan keadaan Anda

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya mendapatkan dorongan semangat dari keluarga ketika menghadapi masalah				
2	Orang tua menghibur ketika saya sedih				
3	Tidak ada orang yang mengerti apa yang saya rasakan				
4	Teman memberikan bantuan ketika saya menghadapi masalah				
5	Orang tua mengajak saya mengobrol dan bertanya tentang diri saya				
6	Saya memiliki teman dekat yang ikut merasakan apa yang saya rasakan				
7	Kakak dan Adik saya memahami perasaan saya				
8	Tidak ada teman yang bertanya ketika saya tidak masuk sekolah				
9	Keluarga saya bertanya ketika saya terlihat sedih atau gelisah				
10	Orang tua menanyakan nilai akademik yang saya peroleh				
11	Sepulang sekolah orang tua bertanya tentang kegiatan saya selama di sekolah				
12	Orang tua menanyakan keadaan saya ketika saya terlihat sedih				
13	Keluarga memberikan selamat ketika saya mendapat prestasi				
14	Saya dan teman saling memotivasi ketika memperoleh prestasi				
15	Tidak ada yang memberi ucapan selamat ketika saya berhasil memperoleh prestasi				
16	Orang tua memberikan hadiah ketika saya memperoleh nilai yang tinggi				
17	Orang tua memberi saya kepercayaan untuk mengambil keputusan tentang kegiatan ekstrakurikuler yang akan saya ikuti				
18	Orang tua bersedia mendengarkan pendapat saya				
19	Orang tua memberikan buku yang saya				

	butuhkan				
20	Guru memberikan semangat kepada saya untuk meraih nilai yang baik				
21	Orang tua mengganti peralatan sekolah yang sudah rusak				
22	Teman bersedia membantu ketika saya mendapat kesulitan dalam menyelesaikan tugas				
23	Orang tua memberikan saya uang saku yang cukup				
24	Tidak ada orang yang membantu ketika saya mendapat kesulitan dalam menyelesaikan tugas				
25	Orang tua memberikan semangat ketika saya kesulitan mengerjakan PR				
26	Keluarga membantu menyelesaikan masalah yang saya hadapi dengan teman				
27	Orang tua bersedia menemani ketika saya membutuhkan untuk diantar berbelanja perlengkapan sekolah				
28	Orang tua memberikan nasehat ketika saya melakukan kesalahan				
29	Keluarga memberikan saran kepada saya untuk menjadi orang yang lebih baik				
30	Guru memberikan penjelasan ketika saya sulit dalam memahami pelajaran				
31	Orang tua membantu memberikan solusi terhadap masalah saya di sekolah				
32	Teman saya tidak mempedulikan pendapat saya				
33	Guru memberitahu saya tentang cara belajar yang baik				
34	Orang tua membimbing saya ketika mengalami kesulitan dalam belajar				
35	Orang tua membantu memberikan saran ketika saya bimbang				

SKALA KECEMASAN KARIR

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian saya tidak fokus karena memikirkan sulitnya mendapatkan pekerjaan dimasa depan				
2	Saya terbangun di tengah malam ketika sering memikirkan sulitnya medapatkan pekerjaan				
3	Saya berani meninggalkan tempat diskusi yang membahas tentang karir				
4	Saya tidur sesuai dengan jadwal biasanya meskipun memikirkan karir dimasa depan				
5	Saya dapat fokus mengerjakan tugas meskipun memikirkan karir saya dimasa depan				
6	Saya tidur lebih malam karena memikirkan sulitnya mendapatkan pekerjaan masa depan				
7	Saya dapat tidur nyenyak meskipun tidak ada gambaran mengenai pekerjaan dimasa depan				
8	Saya menggigit bibir ketika mendengar orang membicarakan karir masa depan				
9	Saya santai ketika membicarakan tentang karir dimasa depan				
10	Saya bicara terbata-bata ketika membahas karir				
11	Saya menggigit bibir ketika memikirkan persaingan kerja dimasa depan				
12	Saya berbicara dengan lancar ketika membahas tentang krir dimasa				
13	Saya gugup ketika berbicara mengenai karir masa depan				
14	Saya mampu mengendalikan emosi ketika orang lain meragukan ketrampilan yang saya miliki				
15	Saya merasa tegang jika orang lain bertanya tentang pekerjaan yang akan saya jalani setelah lulus				
16	Saya berkeringat dingin ketika memikirkan karir dimasa depan				
17	Jantung saya berdebar lebih kencang ketika seseorang menanyakan karir dimasa depan				
18	Tangan saya berkeringat saat mengikuti diskusi tentang dunia kerja atau karir				

19	Saya tenang ketika membayangkan sulitnya mendapatkan pekerjaan dimasa depan				
20	Saya santai meskipun mengetahui persaingan di dunia kerja sangat ketat				
21	Saya tetap tenang walaupun semakin mendekati dunia kerja				
22	Saya berkeringat dingin jika ada yang bertanya tentang masa depan pekerjaan saya setelah lulus				
23	Otot leher saya mengeras ketika seseorang menyinggung masalah karir masa depan				
24	Saya dapat menyampaikan pendapat dengan baik mengenai gambaran karir masa depan				
25	Saya santai ketika memikirkan karir masa depan				
26	Saya biasa saja ketika mendengar orang membicarakan karir masa depan				
27	Saya tidak takut menghadapi persaingan karir dimasa depan				
28	Saya khawatir menganggur setelah lulus nanti				
29	Persyaratan kerja yang semakin lama semakin meningkat tidak membuat saya pesimis				
30	Saya khawatir membayangkan persaingan kerja yang semakin ketat				
31	Saya khawatir melihat persyaratan kerja yang semakin lama semakin tinggi				
32	Saya tidak takut mendapatkan pekerjaan yang tidak sesuai harapan				
33	Saya tetap optimis meskipun melihat persaingan kerja yang semakin ketat				
34	Saya tidak takut menghadapi tantangan karir masa depan				
35	Saya tidak memiliki ketrampilan yang membantu saya sukses untuk karir				
36	Saya berpikir masa depan saya akan suram				

Lampiran 4. Reliabilitas Uji Coba Instrumen dan Item Pernyataan yang dihilangkan

A. Skala Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.873	35

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	109.97	78.805	.706	.864
Item_2	110.25	78.645	.640	.865
Item_3	110.50	81.935	.275	.872
Item_4	110.31	84.867	.018	.877
Item_5	110.31	84.222	.143	.874
Item_6	110.28	87.241	-.183	.882
Item_7	110.84	82.910	.175	.875
Item_8	109.81	81.254	.464	.869
Item_9	110.22	78.693	.562	.866
Item_10	110.13	83.790	.099	.876
Item_11	110.69	77.706	.516	.867
Item_12	110.34	79.717	.401	.870
Item_13	110.00	81.613	.339	.871
Item_14	110.13	82.565	.292	.872
Item_15	110.13	83.339	.176	.874
Item_16	110.84	77.555	.444	.869
Item_17	109.88	81.597	.403	.870
Item_18	110.16	78.975	.634	.865
Item_19	110.38	79.661	.387	.870
Item_20	110.22	83.338	.225	.873
Item_21	110.53	76.902	.659	.863
Item_22	110.22	82.693	.303	.872
Item_23	110.16	80.523	.470	.868
Item_24	110.03	82.418	.298	.872
Item_25	110.63	78.371	.457	.868
Item_26	110.59	78.636	.479	.868
Item_27	110.28	78.983	.412	.870
Item_28	109.78	80.305	.599	.867
Item_29	109.91	81.701	.385	.870
Item_30	110.16	80.975	.485	.868
Item_31	110.34	77.588	.672	.864
Item_32	110.13	80.177	.407	.869
Item_33	110.22	85.983	-.091	.878
Item_34	110.44	76.835	.694	.863
Item_35	110.22	81.273	.478	.869

B. Skala Kecemasan Karir

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.895	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	74.66	114.878	.520	.891
Item_2	75.16	119.426	.211	.897
Item_3	75.44	125.867	.190	.900
Item_4	74.88	123.532	-.010	.900
Item_5	75.16	117.620	.420	.892
Item_6	75.28	116.531	.607	.890
Item_7	74.63	123.081	-.007	.903
Item_8	75.19	114.415	.629	.889
Item_9	74.94	113.480	.527	.890
Item_10	75.50	117.677	.476	.892
Item_11	75.03	117.838	.361	.894
Item_12	74.91	116.281	.557	.890
Item_13	75.13	117.145	.536	.891
Item_14	75.28	123.564	.017	.897
Item_15	74.84	117.039	.359	.894
Item_16	75.34	116.684	.693	.890
Item_17	75.38	115.790	.588	.890
Item_18	75.28	116.273	.565	.890
Item_19	74.56	115.996	.496	.891
Item_20	74.75	116.000	.475	.892
Item_21	74.78	117.596	.400	.893
Item_22	75.31	112.931	.738	.887
Item_23	75.41	116.507	.639	.890
Item_24	75.13	116.694	.574	.890
Item_25	74.97	114.354	.619	.889
Item_26	74.91	116.410	.429	.892
Item_27	75.22	115.209	.548	.890
Item_28	74.38	117.532	.281	.896
Item_29	75.41	119.281	.257	.895
Item_30	74.69	111.254	.709	.887
Item_31	74.75	116.645	.509	.891
Item_32	75.09	122.797	.049	.898
Item_33	75.50	118.452	.467	.892
Item_34	75.41	115.217	.675	.889
Item_35	75.44	118.383	.332	.894
Item_36	76.06	119.286	.511	.892

Lampiran 5. Instrumen Penelitian

INSTRUMEN PENELITIAN SKALA DUKUNGAN SOSIAL DAN SKALA KECEMASAN KARIR

D. PENGANTAR

Kepada: Siswa Akuntansi Kelas XI SMK Negeri 1 Bantul

Assalamualaikum Wr. Wb

Dalam rangka penelitian yang saya laksanakan sebagai tugas akhir maka perkenankanlah saya meminta waktu luang siswa-siswi untuk mengisi identitas dan menjawab pernyataan dalam skala penelitian ini dengan sejujur-jujurnya.

Skala penelitian ini dilaksanakan sebagai salah satu sarana untuk memperoleh sumber data dalam penelitian saya. Skala penelitian ini dimaksudkan untuk mengukur pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan karir siswa-siswi. Identitas dan jawaban dalam skala penelitian ini akan dijamin kerahasiaannya, dengan demikian isilah seluruh pernyataan yang ada dalam skala penelitian ini dengan cermat dan teliti. Pilihan jawaban yang siswa-siswi berikan sangat berarti bagi saya dalam memperoleh informasi untuk kepentingan penelitian.

Atas kesediaan dalam mengerjakan skala penelitian ini dan kerjasama siswa-siswi sekalian, saya ucapkan terimakasih.

E. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin : L/P

F. PETUNJUK PENGISIAN SKALA

4. Isilah identitas siswa-siswi dengan lengkap dan jelas
5. Bacalah dengan baik setiap pernyataan. Kemudian jawablah semua pernyataan sesuai dengan keadaan atau perasaan siswa-siswi yang sesungguhnya
6. Beri tanda (✓) pada salah satu dari 4 (empat) alternatif jawaban yang tersedia
 - e. SS : Apabila pernyataan yang tercantum **Sangat Sesuai** dengan keadaan Anda
 - f. S : Apabila pernyataan yang tercantum **Sesuai** dengan keadaan Anda
 - g. TS : Apabila pernyataan yang tercantum **Tidak Sesuai** dengan keadaan Anda
 - h. STS : Apabila pernyataan yang tercantum **Sangat Tidak Sesuai** dengan keadaan Anda

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya mendapatkan dorongan semangat dari keluarga ketika menghadapi masalah				
2	Orang tua menghibur ketika saya sedih				
3	Tidak ada orang yang mengerti apa yang saya rasakan				
4	Tidak ada teman yang bertanya ketika saya tidak masuk sekolah				
5	Keluarga saya bertanya ketika saya terlihat sedih atau gelisah				
6	Sepulang sekolah orang tua bertanya tentang kegiatan saya selama di sekolah				
7	Orang tua menanyakan keadaan saya ketika saya terlihat sedih				
8	Keluarga memberikan selamat ketika saya mendapat prestasi				
9	Saya dan teman saling memotivasi ketika memperoleh prestasi				
10	Orang tua memberikan hadiah ketika saya memperoleh nilai yang tinggi				
11	Orang tua memberi saya kepercayaan untuk mengambil keputusan tentang kegiatan ekstrakurikuler yang akan saya ikuti				
12	Orang tua bersedia mendengarkan pendapat saya				
13	Orang tua memberikan buku yang saya butuhkan				
14	Guru memberikan semangat kepada saya untuk meraih nilai yang baik				
15	Orang tua mengganti peralatan sekolah yang sudah rusak				
16	Teman bersedia membantu ketika saya mendapat kesulitan dalam menyelesaikan tugas				
17	Orang tua memberikan saya uang saku yang cukup				
18	Tidak ada orang yang membantu ketika saya mendapat kesulitan dalam menyelesaikan tugas				
19	Orang tua memberikan semangat ketika saya kesulitan mengerjakan PR				
20	Keluarga membantu menyelesaikan masalah yang saya hadapi dengan teman				
21	Orang tua bersedia menemani ketika saya				

	membutuhkan untuk diantar berbelanja perlengkapan sekolah				
22	Orang tua memberikan nasehat ketika saya melakukan kesalahan				
23	Keluarga memberikan saran kepada saya untuk menjadi orang yang lebih baik				
24	Guru memberikan penjelasan ketika saya sulit dalam memahami pelajaran				
25	Orang tua membantu memberikan solusi terhadap masalah saya di sekolah				
26	Teman saya tidak mempedulikan pendapat saya				
27	Orang tua membimbing saya ketika mengalami kesulitan dalam belajar				
28	Orang tua membantu memberikan saran ketika saya bimbang				

SKALA KECEMASAN KARIR

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian saya tidak fokus karena memikirkan sulitnya mendapatkan pekerjaan dimasa depan				
2	Saya dapat fokus mengerjakan tugas meskipun memikirkan karir saya dimasa depan				
3	Saya tidur lebih malam karena memikirkan sulitnya mendapatkan pekerjaan masa depan				
4	Saya menggigit bibir ketika mendengar orang membicarakan karir masa depan				
5	Saya santai ketika membicarakan tentang karir dimasa depan				
6	Saya bicara terbata-bata ketika membahas karir				
7	Saya menggigit bibir ketika memikirkan persaingan kerja dimasa depan				
8	Saya berbicara dengan lancar ketika membahas tentang karir dimasa				
9	Saya gugup ketika berbicara mengenai karir masa depan				
10	Saya merasa tegang jika orang lain bertanya tentang pekerjaan yang akan saya jalani setelah lulus				
11	Saya berkeringat dingin ketika memikirkan				

	karir dimasa depan				
12	Jantung saya berdebar lebih kencang ketika seseorang menanyakan karir dimasa depan				
13	Tangan saya berkeringat saat mengikuti diskusi tentang dunia kerja atau karir				
14	Saya tenang ketika membayangkan sulitnya mendapatkan pekerjaan dimasa depan				
15	Saya santai meskipun mengetahui persaingan di dunia kerja sangat ketat				
16	Saya tetap tenang walaupun semakin mendekati dunia kerja				
17	Saya berkeringat dingin jika ada yang bertanya tentang masa depan pekerjaan saya setelah lulus				
18	Otot leher saya mengeras ketika seseorang menyinggung masalah karir masa depan				
19	Saya dapat menyampaikan pendapat dengan baik mengenai gambaran karir masa depan				
20	Saya santai ketika memikirkan karir masa depan				
21	Saya biasa saja ketika mendengar orang membicarakan karir masa depan				
22	Saya tidak takut menghadapi persaingan karir dimasa depan				
23	Persyaratan kerja yang semakin lama semakin meningkat tidak membuat saya pesimis				
24	Saya khawatir membayangkan persaingan kerja yang semakin ketat				
25	Saya khawatir melihat persyaratan kerja yang semakin lama semakin tinggi				
26	Saya tetap optimis meskipun melihat persaingan kerja yang semakin ketat				
27	Saya tidak takut menghadapi tantangan karir masa depan				
28	Saya tidak memiliki ketrampilan yang membantu saya sukses untuk karir				
29	Saya berpikir masa depan saya akan suram				

Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian

Skala Dukungan Sosial

No	Nama	Item Dukungan Sosial																												Skor	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		
1	NSP	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	66	
2	LPC	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62	
3	IAT	3	3	2	3	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	62	
4	IM	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	
5	IS	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	73	
6	RDP	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	76	
7	EM	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63	
8	SN	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	62	
9	AK	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60	
10	AS	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	64	
11	SM	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	70	
12	DNA	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	72	
13	ODM	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	63	
14	WP	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	78	
15	RH	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	79	
16	VDN	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77	
17	BE	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	68	
18	NH	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	67	
19	DN	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	69	
20	SUK	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	69	
21	RF	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	64	
22	ERD	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	57	
23	SL	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	71	
24	LNR	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	65	
25	NWA	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	70	
26	DNS	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69	
27	AYA	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	74	
28	NL	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	66	
29	MI	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63	
30	EN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	65	
31	ERI	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	
32	OT	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66	
33	JO	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	75	
34	NN	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	70	
35	HK	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	70	
36	RDA	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	
37	AEN	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	73	
38	OTR	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	
39	RH	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	
40	NL	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	76	
41	NR	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	
42	EU	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	82	
43	ASD	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56	
44	AA	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69	
45	IE	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	77	
46	DO	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66	
47	AAN	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	74	
48	MR	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	82	
49	SW	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	78	
50	ATL	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	71	
51	AL	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	84	
52	JRU	2	1	1	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	
53	UK	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	71	
54	AKP	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	
55	AEP	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	83	
56	IUK	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	77	
57	TT	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	77	
58	YDA	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	2	2	2	2	3	74
59	DP	3	2	1	4	3	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	
60	AY	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	74	
61	ANE	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79	
62	TH	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	4	3	4	3	1	1	4	1	1	1	3	4	1	1	57
63	SUK	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	79	
64	RO	3	2	2	3																										

82	LK	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	64
83	M	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59
84	LC	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	67
85	GS	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	68
86	GH	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	74
87	FM	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	66
88	NIL	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	63
89	PRA	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	66
90	FNL	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	58
91	FAT	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79
92	PK	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	75
93	NM	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	78
94	NAD	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	75
95	MUL	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	80

Tabulasi Data Skala Kecemasan Karir

No	Nama	Kecemasan Karir																												Skor		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		29	
1	NSP	3	4	2	2	1	1	4	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	77	
2	LPC	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	79	
3	IAT	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	81	
4	IM	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	81	
5	IS	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	74	
6	RDP	3	2	1	2	4	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	75	
7	EM	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	81	
8	SN	4	2	2	3	4	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	2	3	3	3	82	
9	AK	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81	
10	AS	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3	3	2	2	2	69	
11	SM	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	81	
12	DNA	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	1	69	
13	ODM	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	80	
14	WP	2	2	3	2	3	1	3	3	2	3	3	1	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	4	4	4	4	2	4	4	82	
15	RH	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81	
16	VDN	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	68	
17	BE	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	72	
18	NH	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81	
19	DN	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	72	
20	SUK	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	69	
21	RF	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	73	
22	ERD	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	83	
23	SL	3	2	4	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	74	
24	LNR	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	76	
25	NWA	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	71	
26	DNS	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	70	
27	AYA	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	74	
28	NL	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81	
29	MI	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	82	
30	EN	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	84	
31	ERI	1	1	1	2	3	1	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	71	
32	OT	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	70	
33	JO	3	3	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	68	
34	NN	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	69	
35	HK	3	3	4	2	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	3	2	2	73	
36	RDA	3	2	3	2	3	1	3	3	3	3	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	68	
37	AEN	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	70	
38	OTR	4	3	2	2	3	2	3	2	2	4	2	1	1	4	4	4	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	1	72	
39	RH	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	62	
40	NL	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	74	
41	NR	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	63
42	EU	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	61	
43	ASD	3	2	4	3	2	2	2	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	81	
44	AA	3	2	2	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	1	93	
45	IE	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	73	
46	DO	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	4	3	4	2	2	2	2	3	4	3	4	4	3	1	1	1	71	
47	AAN	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	71	
48	MR	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	62	
49	SW	1	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	
50	ATL	2	1	2	1	2	2	1	3	2	3	1	1	1	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	1	4	3	3	1	2	59	
51	AL	2	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	62	
52	JRU	1	3	2	1	1	1	1	4	2	2																					

84	LC	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	66
85	GS	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	3	2	2	2	3	4	3	2	2	3	2	2	1	1	68
86	GH	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	4	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	1	3	1	68
87	FM	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	77
88	NIL	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87
89	PRA	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	2	2	2	1	69
90	FNL	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
91	FAT	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	76
92	PK	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	1	71
93	NM	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	66
94	NAD	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	76
95	MUL	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	65

Lampiran 7. Kategorisasi Data Penelitian

No	Nama	Skor Dukungan Sosial	Kategori	Skor Kecemasan Karir	Kategori
1	NSP	66	Sedang	77	Sedang
2	LPC	62	Rendah	79	Sedang
3	IAT	62	Rendah	81	Tinggi
4	IM	71	Sedang	81	Tinggi
5	IS	73	Sedang	74	Sedang
6	RDP	76	Sedang	75	Sedang
7	EM	63	Rendah	81	Tinggi
8	SN	62	Rendah	82	Tinggi
9	AK	60	Rendah	81	Tinggi
10	AS	64	Sedang	69	Sedang
11	SM	70	Sedang	81	Tinggi
12	DNA	72	Sedang	69	Sedang
13	ODM	63	Rendah	80	Sedang
14	WP	78	Tinggi	82	Tinggi
15	RH	79	Tinggi	81	Tinggi
16	VDN	77	Sedang	68	Sedang
17	BE	68	Sedang	72	Sedang
18	NH	67	Sedang	81	Tinggi
19	DN	69	Sedang	72	Sedang
20	SUK	69	Sedang	69	Sedang
21	RF	64	Sedang	73	Sedang
22	ERD	57	Rendah	83	Tinggi
23	SL	71	Sedang	74	Sedang
24	LNR	65	Sedang	76	Sedang
25	NWA	70	Sedang	71	Sedang
26	DNS	69	Sedang	70	Sedang
27	AYA	74	Sedang	74	Sedang
28	NL	66	Sedang	81	Tinggi
29	MI	63	Rendah	82	Tinggi
30	EN	65	Sedang	84	Tinggi
31	ERI	65	Sedang	71	Sedang
32	OT	66	Sedang	70	Sedang
33	JO	75	Sedang	68	Sedang
34	NN	70	Sedang	69	Sedang
35	HK	70	Sedang	73	Sedang
36	RDA	64	Sedang	68	Sedang
37	AEN	73	Sedang	70	Sedang
38	OTR	65	Sedang	72	Sedang

39	RH	82	Tinggi	62	Rendah
40	NL	76	Sedang	74	Sedang
41	NR	84	Tinggi	63	Rendah
42	EU	82	Tinggi	61	Rendah
43	ASD	56	Rendah	81	Tinggi
44	AA	69	Sedang	93	Tinggi
45	IE	77	Sedang	73	Sedang
46	DO	66	Sedang	71	Sedang
47	AAN	74	Sedang	71	Sedang
48	MR	82	Tinggi	62	Rendah
49	SW	78	Tinggi	59	Rendah
50	ATL	71	Sedang	59	Rendah
51	AL	84	Tinggi	62	Rendah
52	JRU	65	Sedang	61	Rendah
53	UK	71	Sedang	66	Sedang
54	AKP	82	Tinggi	61	Rendah
55	AEP	83	Tinggi	58	Rendah
56	IUK	77	Sedang	68	Sedang
57	TT	77	Sedang	70	Sedang
58	YDA	74	Sedang	72	Sedang
59	DP	65	Sedang	69	Sedang
60	AY	74	Sedang	60	Rendah
61	ANE	79	Tinggi	64	Rendah
62	TH	57	Rendah	81	Tinggi
63	SUK	79	Tinggi	59	Rendah
64	RO	78	Tinggi	60	Rendah
65	EAF	79	Tinggi	60	Rendah
66	NH	65	Sedang	74	Sedang
67	NFL	56	Rendah	87	Tinggi
68	N	80	Tinggi	62	Rendah
69	NDS	74	Sedang	68	Sedang
70	MW	66	Sedang	73	Sedang
71	EU	76	Sedang	79	Sedang
72	ITR	65	Sedang	74	Sedang
73	MH	64	Sedang	69	Sedang
74	MA	72	Sedang	68	Sedang
75	II	69	Sedang	62	Rendah
76	LPA	63	Rendah	74	Sedang
77	MAP	76	Sedang	72	Sedang
78	GF	64	Sedang	70	Sedang
79	LAH	72	Sedang	68	Sedang
80	NM	66	Sedang	76	Sedang

81	FNM	71	Sedang	70	Sedang
82	LK	64	Sedang	76	Sedang
83	M	59	Rendah	81	Tinggi
84	LC	67	Sedang	66	Sedang
85	GS	68	Sedang	68	Sedang
86	GH	74	Sedang	68	Sedang
87	FM	66	Sedang	77	Sedang
88	NIL	63	Rendah	87	Tinggi
89	PRA	66	Sedang	69	Sedang
90	FNL	58	Rendah	81	Tinggi
91	FAT	79	Tinggi	76	Sedang
92	PK	75	Sedang	71	Sedang
93	NM	78	Tinggi	66	Sedang
94	NAD	75	Sedang	76	Sedang
95	MUL	80	Tinggi	65	Rendah

Lampiran 8. Deskriptif Statistik

Deskripsi Statistik Data Dukungan Sosial

Perhitungan Data Dukungan Sosial

Jumlah item : 28

Rentang skor : 1-4

Skor tertinggi : $28 \times 4 = 112$

Skor terendah : $28 \times 1 = 28$

Mean : $\frac{1}{2} (112 + 28) = 70$

Standar deviasi: $\frac{1}{6} (112 - 28) = 14$

Rentang skor kategorisasi Dukungan Sosial

Sangat tinggi : $X > \mu + 1,5 \alpha$

Tinggi : $\mu + 0,5 \alpha < X \leq \mu + 1,5 \alpha$

Sedang : $\mu - 0,5 \alpha < X \leq \mu + 0,5 \alpha$

Rendah : $\mu - 1,5 \alpha < X < -0,5 \alpha$

Sangat rendah : $X \leq \mu - 1,5 \alpha$

Keterangan :

μ : Mean

σ : Standar deviasi

Dengan demikian, maka diperoleh rentang skor bagi setiap kriteria pada variabel

Dukungan Sosial sebagai berikut :

Sangat tinggi : $X > 91$ atau $91,9 - 112$

Tinggi : $77,9 < X \leq 91$ atau $77,9 - 91$

Sedang : $63,9 < X \leq 77 \alpha$ atau $63,9 - 77$

Rendah : $49,9 < X < 63$ atau $49,9 - 63$

Sangat rendah : $X \leq 49$ atau $28 - 49$

Deskripsi Statistik Data Kecemasan Karir

Perhitungan Data Kecemasan Karir

Jumlah item : 29

Rentang skor : 1-4

Skor tertinggi : $29 \times 4 = 116$

Skor terendah : $29 \times 1 = 29$

Mean : $\frac{1}{2} (116 + 29) = 72,5$

Standar deviasi: $\frac{1}{6} (116 - 29) = 14,5$

Rentang skor kategorisasi Kecemasan Karir

Sangat tinggi : $X > \mu + 1,5 \alpha$

Tinggi : $\mu + 0,5 \alpha < X \leq \mu + 1,5 \alpha$

Sedang : $\mu - 0,5 \alpha < X \leq \mu + 0,5 \alpha$

Rendah : $\mu - 1,5 \alpha < X < - 0,5 \alpha$

Sangat rendah : $X \leq \mu - 1,5 \alpha$

Keterangan :

μ : Mean

σ : Standar deviasi

Dengan demikian, maka diperoleh rentang skor bagi setiap kriteria pada variabel

Kecemasan Karir sebagai berikut :

Sangat tinggi : $X > 94$ atau $94,5 - 116$

Tinggi : $80,9 < X \leq 94$ atau $80,9 - 94$

Sedang : $65,9 < X \leq 80 \alpha$ atau $65,9 - 80$

Rendah : $51,9 < X < 65$ atau $51,9 - 65$

Sangat rendah : $X \leq 51$ atau $29 - 51$

Lampiran 9. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		95
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.92646539
Most Extreme Differences	Absolute	.083
	Positive	.083
	Negative	-.050
Test Statistic		.083
Asymp. Sig. (2-tailed)		.106 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Nilai signifikansi sebesar 0,106 berarti $p > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Lampiran 10. Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan_Karir * Dukungan_Sosial	Between	(Combined)	2753.264	26	105.895	2.831	.000
	Groups	Linearity	1995.344	1	1995.344	53.342	.000
		Deviation from Linearity	757.920	25	30.317	.810	.716
	Within Groups		2543.642	68	37.406		
	Total		5296.905	94			

Lampiran 11. Uji Regresi

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Dukungan_Sosial ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Kecemasan_Karir

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.614 ^a	.377	.370	5.958

a. Predictors: (Constant), Dukungan_Sosial

b. Dependent Variable: Kecemasan_Karir

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1995.344	1	1995.344	56.206	.000 ^b
Residual	3301.561	93	35.501		
Total	5296.905	94			

a. Dependent Variable: Kecemasan_Karir

b. Predictors: (Constant), Dukungan_Sosial

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	118.023	6.173		19.118	.000
Dukungan_Sosial	-.655	.087	-.614	-7.497	.000

a. Dependent Variable: Kecemasan_Karir

Lampiran 12. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telpn (0274) 540611 pesawat 405, Fax (0274) 5406611
Laman: fip.uny.ac.id, E-mail: humas_fip@uny.ac.id

Nomor : 3536 /UN34.11/PL/2016
Lampiran : 1 (satu) Bendel Proposal
Hal : Permohonan izin Penelitian

23 Juni 2016

Yth. Kepala Bappeda Bantul
Jl.R. W.Monginsidi No.1
Kecamatan Bantul,
Yogyakarta 55711

Diberitahukan dengan hormat, bahwa untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik yang ditetapkan oleh Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, mahasiswa berikut ini diwajibkan melaksanakan penelitian:

Nama : Fatmawati
NIM : 12104244002
Prodi/Jurusan : BK/PPB
Alamat : Jalan Fatahillah No. 568, Rt 02 Rw 03 Blok Galgadung, Kecamatan Weru
Kabupaten Cirebon 45154 Jawa Barat

Sehubungan dengan hal itu, perkenankanlah kami memintakan izin mahasiswa tersebut melaksanakan kegiatan penelitian dengan ketentuan sebagai berikut:

Tujuan : Memperoleh data penelitian tugas akhir skripsi
Lokasi : SMK Negeri 1 Bantul
Subyek : Siswa Kelas XI Akuntansi
Obyek : Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Karir
Waktu : Juli-Agustus 2016
Judul : Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Karir Siswa Kelas XI Akuntansi di SMK Negeri 1 Bantul

Atas perhatian dan kerjasama yang baik kami mengucapkan terima kasih.



Tembusan :
1. Rektor (sebagai laporan)
2. Wakil Dekan I FIP
3. Ketua Jurusan PPB FIP
4. Kabag TU
5. Kasubbag Pendidikan FIP
6. Mahasiswa yang bersangkutan
Universitas Negeri Yogyakarta



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(B A P P E D A)

Jln. Robert Wolter Monginsidi No. 1 Bantul 55711, Telp. 367533, Fax. (0274) 367796
Website: bappeda.bantulkab.go.id Webmail: bappeda@bantulkab.go.id

SURAT KETERANGAN/IZIN

Nomor : 070 / Reg / 3001 / S1 / 2016

Menunjuk Surat : Dari : Fakultas Ilmu Pendidikan, Nomor : 3536/UN34.11/PL/2016
Universitas Negeri
Yogyakarta (UNY)
Tanggal : 23 Juni 2016 Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Mengingat : a. Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Organisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Daerah Kabupaten Bantul Nomor 16 Tahun 2009 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Organisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul;
b. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perijinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;
c. Peraturan Bupati Bantul Nomor 17 Tahun 2011 tentang Ijin Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktek Lapangan (PL) Perguruan Tinggi di Kabupaten Bantul.

Dilizinkan kepada
Nama : **FATMAWATI**
P. T / Alamat : **Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
Karangmalang, Yogyakarta**
NIP/NIM/No. KTP : **320919571940004**
Nomor Telp./HP : **085321001817**
Tema/Judul : **PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN KARIR
SISWA KELAS XI AKUNTANSI DI SMK NEGERI 1 BANTUL**
Kegiatan :
Lokasi : **SMK Negeri 1 Bantul**
Waktu : **15 Juli 2016 s/d 14 Oktober 2016**

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam melaksanakan kegiatan tersebut harus selalu berkoordinasi (menyampaikan maksud dan tujuan) dengan institusi Pemerintah Desa setempat serta dinas atau instansi terkait untuk mendapatkan petunjuk seperlunya;
2. Wajib menjaga ketertiban dan mematuhi peraturan perundangan yang berlaku;
3. Izin hanya digunakan untuk kegiatan sesuai izin yang diberikan;
4. Pemegang izin wajib melaporkan pelaksanaan kegiatan bentuk *softcopy* (CD) dan *hardcopy* kepada Pemerintah Kabupaten Bantul c.q Bappeda Kabupaten Bantul setelah selesai melaksanakan kegiatan;
5. Izin dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut di atas;
6. Memenuhi ketentuan, etika dan norma yang berlaku di lokasi kegiatan; dan
7. Izin ini tidak boleh disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu ketertiban umum dan kestabilan pemerintah.

Dikeluarkan di : B a n t u l
Pada tanggal : 15 Juli 2016



Tembusan disampaikan kepada Yth.

1. Bupati Kab. Bantul (sebagai laporan)
2. Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Bantul
3. Ka. Dinas Pendidikan Menengah dan Non Formal Kab. Bantul
4. Ka. SMK Negeri 1 Bantul
5. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY)
6. Yang Bersangkutan (Pemohon)